
مفاتيح
السعادة
يحتوى الكتيب على الطرق الخاطئة التي يسلكها أغلب الناس
لإدراك للسعادة ، وكذا مفاتيح السعادة الحقيقية.
جمع وترتيب
أحمد عبد المتعال
كل الناس يبحث عن السعادة ولكن أغلبهم
لم يدركها !!!
فأين مفاتيح السعادة الحقيقية ؟!!

للوصول للفهرس اضغط علىCtrl+ End ، وللوصول لأي عنوان اضغط على الزر الأيسر للماوس على العنوان المطلوب في الفهرس، وبواسطة Page Up, Page Down أو عجلة الماوس تنقل بين الصفحات.




يحتوى الكتيب على الطرق الخاطئة التي يسلكها أغلب الناس لإدراك للسعادة ، وكذا مفاتيح السعادة الحقيقية.

جمع وترتيب

أحمد عبد المتعال

للوصول للفهرس اضغط علىCtrl+ End ، وللوصول لأي عنوان اضغط على الزر الأيسر للماوس على العنوان المطلوب في الفهرس، وبواسطة Page Up, Page Down أو عجلة الماوس تنقل بين الصفحات.

# بطاقة الفهرسة


**اسم الكتاب : مفاتيح السعادة**

**إعداد : أحمد عبد المتعال**

**الإصدار : الأول**



## مقدمة المؤلف

الحمد لله رب العالمين وأشهد أن لا اله إلا الله وأن محمـدا عبد الله ورسوله أما بعد .

أحبتي في الله ، السعادة مطلب كل إنسان ، وما نظـن أو نعتقد أن أحداً يبحث عن الشقاء ، بل كل ما نراه من التطاحن والتسـابق في الـدنيا ، إنمـا هـو لتحقيـق ونيـل أكـبر قـدر مـن السعادة ، ولكن المصيبة أن الكثير ممن يطلبون السعادة أخطئـوا الطريق المـؤدي إليهـا ، ظنهـا قـوم في المـال ، فقطعـوا مراحـل أعمارهم باحثين لاهثين وراءه ، فلما حصـلوه وجمعـوه ، كـان هذا المال سبباً لشقائهم لا لسعادتهم ، وظن آخرون أن السعادة في تبوء المناصب ، واحتلال الرتب ، فحرصوا عليها وسعوا إلى تحقيقها ، فلما نالوها لم يجدوا للسعادة طعمـاً ، بـل كانـت ربمـا سـبباً لشـقائهم وعنـائهم ، وظنهـا آخـرون في الأولاد وفي الزوجات ، فلما جاء الأولاد والزوجات كانوا سبباً لشقائهم ، إذاً أين السعادة -أيها الإخوة-؟ وقبل الإجابة لنسأل: مـا هـي السعادة؟

السعادة معروفة عند كل شخص ولو لم يعبر عنهـــا هي: راحة القلـب ، واطمئنـان الـنفس ، وسـلامة الجسـد مـن الآفات . هذا الذي يكـون جسـده معـافى ، ونفسـه مطمئنـة ، وقلبه هادئ فإن هذا يكون سعيداً . والسـعادة سـرورٌ داخلـى عندما نقوم بعمـل نبيـل ، والسـعادة مـدد إلهـى يُضـفى علـى النفس بهجة وأريحيّة ، وراحة نفسية تتمثل في سكينة النفس ، وطمأنينة القلـب ، وانشـراح الصـدر ، وراحـة الضـميروالبال نتيجـة لاسـتقامة السـلوك الظـاهر والبـاطن – المـدفوع بقـوة الإيمان . والسعادة هبة ربانية ، ومنحة إلهية يهبها الله مَنْ شاء مِنْ عباده جزاءً لهم على أعمال جليلة قاموا بها كأعمال البـذل والتضحية والعطاء ، وهي شعور عميقٌ بالرضا والقناعة .

وتؤكـد الإحصـاءات العالميـة أن المستشـفيات والعيـادات المعالجة للأمراض العقلية في العالم الغربي الآن مملـوءة بمرضـي مشاكلهم نتاج لمجتمع مـريض ينتشـر فيـه التحلـل الاجتمـاعي والمعنوي والديني ، وتتفكك فيه أواصر الحياة الأسرية ، مما ترك الفرد غريبا مهموماً ، بينما نجـد الإسـلام يُشْـعِر الفـرد بهويتـه الإسلامية ، وبإحساسـه بذاتـه كإنسـان ولـيس عـددا أم كمـاً

زائداً ، فالمجتمع الإسلامي يوفر الوقاية والعلاج للأمراض الاجتماعية ، فالإسلام مصدر للصحة النفسية والعقلية وليس مصدراً للأمراض العقلية والنفسية .

وفي هذا الكتاب سأحاول إن شاء الله تعالى جمع أسباب ومفاتيح السعادة الحقيقية مع ذكر الأدلة على ذلك .

ولا يفوتني أن أتقدم بخالص الشكرلشيخنا الجليل المحدث والفقيه أبا داود الدمياطي ، فلقد تعلمت منه الكثير ومازلت أتعلم منه ، أسأل الله تعالى أن ينفع به الإسلام والمسلمين والشيخ ياسر المنير ، وكل من قدم لي يد المعاونة ولا أستطيع أن أكافيء أصحاب الفضل إلا أن أقول لهم جزاكم الله خيرًا . أسأل الله تعالى التوفيق والسداد ، إنه ولي ذلك والقادر عليه ، وصلى الله على محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

**أحمد عبد المتعال**

## ثبت المراجع والمصادر لهذا الكتيب


١- السعادة بين الوهم والحقيقة للشيخ ناصر بن سليمان العمر .

٢- الحياة الطيبة لعبد المحسن بن على المطلق .

٣- الطريق إلى السعادة لعيد الدويهيس .

٤- لا تحزن للدكتور عائض القرني .

٥- لا تحزن وابتسم للحياة للشيخ محمود المصري .

٦- المفصل في فقه الدعوه الباحث في القرآن والسنة ، جمع وإعداد : علي بن نايف الشحود .

٧- من أسباب الحياة السعيد من دروس الشيخ : سعيد بن مسفر .

٨- الوسائل المفيدة للحياة السعيدة للشيخ السعدي .

٩- الحضارة الإسلامية بين أصالة الماضي وآمال المستقبل جمع وإعداد : علي بن نايف الشحود .

١٠- دروس نفسية للنجاح والتفوق للدكتور: أحمد البراء الأميري .

## لم أجد معنى السعادة إلا في الإسلام[جريدة الوطن الكويتية]

ttp://www.kuwait.tt/ArticleDetails.aspx?Id=81289

الإخوة والأخوات ، قال مطرب موسيقى الراب السابق الأمريكي المعروف آنذاك باسم "نابليون": "إنه رغم ما حققه من شهرة واسعة ، وما جناه من أموال خلال عمله في الحقل الفنى ، إلا أنه لم يجد السعادة الحقيقية إلا من خلال الدين الإسلامى . وأوضح شابيز الذي اعتنق الإسلام قبل تسع سنوات وأصبح اسمه موتا ياسين شابيز في أعقاب مشاركته في مؤتمر "مسلموا هولندا" أنه قبيل اعتناقه الإسلام كان يبحث عن السعادة الحقيقية ، إذ كان يعتقد أن المتعة الدنيوية سوف تجلب له السعادة ، إلى أن منّ الله عليه بالهداية واعتناق الإسلام . وذكر موقع "إم بي سي" إن شابيز دعا المسلمين إلى اتباع تعاليم دينهم ، مؤكداً أن من يتبع هذا الدين العظيم سيشعر بالفخر والاحترام الذاتي لنفسه .وفيما يتعلق بالحملة الإعلامية التى يتبناها البعض لتشويه صورة الإسلام قال موتا: "يتعين على المسلم أن يظهر الصورة الحسنة لدينه من خلال سلوكه أمام الآخر كي يصبح مثلاً يحتذى". ومضى المطرب ، الذي اعتزل

الغناء منذ دخوله الإسلام ، قائلا: "يتعين علينا مواجهة الإعلام الغربي ومخاطبة عقول المتلقين في الدول الغربية ، وإظهار الصورة الحقيقية للدين الإسلامي" وهذا ما يتبناه شابيز الذي يقيم في السعودية ويتخذها نقطة انطلاق للدعوة إلى الإسلام حول العالم . وألقى شابيز خطبة في المؤتمر أمام ألف شخص من الشباب المسلم حثّهم فيها على الابتعاد عن ملذات الدنيا المحرمة ، التي تبعد الإنسان عن ربه ، وتحرمه المعنى الحقيقي للسعادة .

* * *

## سعادة جيف بدخوله الإسلام

**( http://www.al-forqan.net)**

الإخوة الفضلاء ، جاء الطالب الأمريكي جيف على مدير الجامعة – أحد جامعات مدينة سان فرانسيسكو بأمريكا – وقد دعاه ليهنئه بحصوله على درجة الماجستير التي نالها بتقدير ممتاز مع درجة التفوق ودرجة الشرف الأولى ؛ بل إن التهنئة كانت أيضا بسبب أنه كان أصغر طالب في الولايات المتحدة الأمريكية ينال درجة الماجستير في ذلك التخصص ،

وهذا إنجاز غير مسبوق بالنسبة للجامعة ، فكان عليها أن تفخر بالطالب جيف لأنه حقق إنجازا تاريخيا .

وبعد انتهاء اللقاء والوعد بالاحتفال بجيف في حفل التخرج في نهاية العام الدراسي توجه جيف خارجا من مكتب مدير الجامعة الذي لاحظ عليه الهم والحزن وعلى غير عادة الطلاب في مثل هذه المناسبات الذين يصيحون باللهجة الأمريكية: (ياهووووو) على طريقة الكاوبوي أو رعاة البقر الأمريكان أو يصرخون قائلين ( أولرايت) .

فتعجب المدير ولكنه لم يسأل ولم يستفسر عما بداخل جيف . .

وفي الموعد المحدد لحفل التخرج حضر الطالب جيف بكامل أناقته مرتديا بدلته الخاصة بالمناسبات ومرتديا روب التخرج واضعا قبعة التخرج الشهيرة وأخذ مكانه المخصص له ، وسمع إسمه يتردد عبر مكبرات الصوت مصحوبة بعبارات المدح والثناء التي انهالت عليه من الجميع لإنجازه الرائع ثم صعد المنصة الرئيسية ليتسلم شهادته وسط هتاف وتصفيق عائلته وأصدقائه ووسط الحضور الكثيف في مثل هذه

المناسبات وما أن تسلم جيف الشهادة حتى انخرط في البكاء فأخذ مدير الجامعة يداعبه قائلا: أنت تبكي فرحا من فرط سعادتك بهذا الموقف فرد عليه جيف: لا فأنا أبكي من فرط تعاستي فتعجب مدير الجامعة وسأله: لماذا يا بني ؟

فأنت يجب أن تكون سعيدا فرحًا في هذا اليوم وفي هذه اللحظات بالذات .

فرد جيف: لقد ظننت بأنني سأكون سعيدًا بهذا الإنجاز ولكنني أشعر بأنني لم أفعل شيئا من أجل إسعاد نفسي فأنا أشعر بتعاسة كبيرة فلا الشهادة ولا الدرجة العلمية ولا الاحتفال أسعدني ثم تناول جيف شهادته وانسحب من المكان بسرعة كبيرة وسط ذهول الجميع فهو لم يكمل الحفل ولم يبق ليتلقى التهاني من الأصدقاء والأقرباء . .

ذهب جيف لمنزله ، شهادته بين يديه يقلبها يمنة ويسرة ثم أخذ يخاطبها ماذا أفعل بك؟ لقد أعطيتني مكانة تاريخية في جامعتي ومركزا مرموقا ووظيفة ستكون في انتظاري وانظار الناس ووسائل الإعلام ستحوم حولي لما حققته من إنجاز ولكنك لم تعطني السعادة التي أنشدها . .

أريد أن أكون سعيدا في داخلي ليس كل شيء في هذه الدنيا شهادات ومناصب وأموال وشهرة هناك شيء آخر يجب أن يشعرنا بأن نكون سعداء . .

لقد مللت النساء والخمر والرقص أريد شيئا يسعد نفسي وقلبي . .

يا إلهي ماذا أفعل؟ . .

ومرت الأيام وجيف يزداد تعاسة فوق تعاسته فقرر أن يضع حدا ونهاية لحياته ففكر ثم فكر حتى وجد أن أفضل طريقة ينهي بها حياته هي أن يلقي بنفسه من فوق الجسر الكبير الشهير الذي يطلق عليه الأمريكان اسما أصبح شهيراً في العالم كله وهو: (Golden Gate) أو البوابة الذهبية الذي يتألق شامخا كمعلم حضاري أمريكي وكثيرا ما يشاهد وقد غطاه الضباب ويعتبر هذا الجسر من أهم معالم أمريكا التقنية والعلمية .

ذهب جيف يخطو نحو البوابة الذهبية وقبل أن يصل إليها كان هناك نفر من الذين اختارهم الله سبحانه وتعالى ليقوموا بواجب الدعوة إلى الله من شباب المسلمين ذهبوا ليدرسوا في

أمريكا وكانوا يسكنون قريبا من مدخل البوابة الذهبية في غرفة تحت كنيسة ، تصوروا لفقرهم لم يجدوا مكانا يسكنونه غير غرفة بمنافعها تحت كنيسة .

وكان همهم أيضا أن يدعوا إلى الله سبحانه وتعالى همهم أن يدخل الناس في دين الله ، همهم أن ينقذوا البشرية ويخرجوها من الظلمات إلى النور ، همهم أن يدعوا إلى الله بالحكمة والموعظة الحسنة وأن يكونوا مثالا ومثلا طيبا للمسلم الحقيقي .

كانوا يدرسون ويدعون إلى الله وهم يقطنون أسفل الكنيسة هذا ما وجدوه ولعله كان خيرا لهم فخرجوا في ذلك اليوم ليتجولوا في الناس يدعونهم للدخول إلى الإسلام كانوا يرتدون الزي الإسلامي وكانت وجوههم مضيئة بنور الإيمان كانت جباههم تحمل النور من اثر السجود واثناء تجوالهم اليومي ذاك وعلى مقربة من مدخل البوابة الذهبية إذا هم بهذا الأمريكي المهموم ، كان الأمريكي هو الطالب جيف فإذا به ينظر متعجبا مندهشا فهو لم ير في حياته أناسا بهذا الزي ولا بهذه الهيئة ولا بذلك النور ولا بتلك الجاذبية التي جذبته اليهم

فاقترب منهم ليتحدث معهم فقال لهم: هل من الممكن أن أسألكم ؟

فرد أحدهم: نعم تفضل ، فقال جيف : من أنتم ولماذا ترتدون هذا الزي ؟!.

فرد عليه أحدهم قائلا: نحن من المسلمين أرسل الله إلينا النبي محمد ﷺ ليخرجنا ويخرج الناس من الظلمات إلى النور وليجلب للبشر السعادة في الدنيا والآخرة .

وما أن سمع جيف كلمة (السعادة) حتى صاح فيهم:

السعادة؟!..

أنا أبحث عن السعادة ، فهل أجدها لديكم ؟!!.

فردوا عليه: ديننا الإسلام دين السعادة دين كله خير فانصرف معنا لعل الله أن يهديك وتتذوق طعم السعادة فقال لهم : إنني سأذهب معكم لأعرف إن كان لديكم السعادة التي أنشد وهي السعادة الحقيقية ، لقد كنت قبل قليل سأنتحر كنت سأرمي بنفسي من فوق هذا الجسر وأضع نهاية لحياتي لأنني لم أجد السعادة لا في المال ولا في الشهوات ولا في شهادتي التي تحصلت عليها .

فقالوا له: تعال معنا نعلمك ديننا لعل الله أن يقـــذف في قلبك الإيمان ولذة العبادة فتتعرف علـى السـعادة ولـذتها فالله على كل شيء قدير .

انصرف جيف مع الشباب المسلم الشباب الـداعي إلى الله ووصلوا الغرفة التي كانوا يقطنون والتي حولت إلى مصلى لهـم ولمـن أراد أن يتعبـد الله فيهاوعرضـوا علـى جيـف الإسـلام وشرحوا له الإسلام ومزايا الإسلام ومحاسن الإسلام وعظمـة الإسلام .

فقال: هذا دين حسن والله لن أبرح حتى أدخل في ديـنكم فأعلن جيف إسلامه .

وبادر أولئك الدعاة بتعليمه الإسلام فأخذ جيـف يمـارس فرائض الإسلام وارتدى الزي الإسلامي ، فلقد وجـد ضـالته وجد أن السعادة التي كـان ينشـدها في الإسـلام وفي حـب الله تعالى وحب رسوله ﷺ ، بل كان جيف سعيدا بأنه أصبح داعية إلى الله سبحانه وتعالى في أمريكا و أبـدل اسمـه إلى (جعفـر) ، وقد كاد جعفر يطير فرحًا بسعادته لاعتناقـه الـدين الإسـلامي فقد أوقف نفسه وحياته وماله وجهده في سبيل نشر الدين في

أمريكا .

* * *

## الإسلام رائع !! [ موقع صيد الفوائد]

الإخوة الكرام ، تقول سارة الأمريكية : الإسلام هو الدين الوحيد الذي أحسست بشيء ما يجذبني إليه لإعتنقه بدلا من ١٢ ديانة درستها لأختار واحدة منها . .

أكتب إليكم هذ الرسالة وأنا أبكي حرقة على عشرين عاما من الكفر بالله . .لا أخفيكم أخواتي ، أنه قبل إسلامي كنت أشعر أن الدين شيء مهم في حياتنا ، ولكننا لا نريد نحن (الأميركيين ) أن نعترف بأهميته ، نعم ، بدأت قصتي مع الإسلام عندما قابلت فتاة مسلمة من السعودية ، لم يزد عمرها عن العشرون عاما ، طلبت مني مساعدتها في اللغة الإنجليزية ، وقد كانت تتحدثها بطلاقة ،في الأشهر الأولى من تدريسي لها لم أظهر أي إهتمام بدينها رغم حبي الشديد لعادات المسلمين . و أول ما لفت نظري هو ( الترابط الأسري ) الذي حُرمت منه منذ كان عمري يوما واحدا !

إنقطعت عنها لمدة تزيد عن الـ ٥ أشهر ، ولكن كنت

أساعدها في بعض الأمور وقت الإختبارات . ولكن طيلة مدة انقطاعي عنها كنت أفكر تفكيرا عميقا في تلك الفتاة التي ترتدي جلبابا أسودا يغطي سائر جسمها بل حتى وجهها الجميل ، كان لديها أختان ، وكانتا تهتمان بي وتكرماني ، حتى أني كنت أخجل بعض الأحيان منهما .

صديقاتي في الجامعة كنّ يقلن لي : كيف وجدتي المسلمات . .جاهلات أليس كذلك؟؟؟

وكنت أزداد حزنا لعدم فهم صديقاتي ما يدور حولي وفي داخلي . .كنت أشعر أن المسلمين لديهم شيئا يميزهم عن الآخرين ، **فرغم دعايات الإعلام المضللة عن المسلمين** ، إلا أننا نحن الأمريكيات نعجِب بمظهر المسلمات حتى ولو لم نظهر ذلك ، وفي يومٍ ماطر ، وقد كان يوم الأحد ، قلت سأذهب اليوم إلى الكنيسة لعليّ أجد الجواب !!! ؟

الجواب لحقيقة الإله . .ولأني كنت أريد أن أبوح بأمري إلى الراهبة وقد كانت صديقتي . . دخلت إلى غرفة فارغة علق فيها الصليب وقلت :أيها الرب أنا في محنة لا يعلمها إلا أنت ، أيها الرب ساعدني . . أيها الرب هل لديك إبن ؟! ، أنت

ترى دموعي وتدرك حيرتي ، أي ال١٢ دينا أتبع ؟!!

أحب أن أكون مسلمة .. أرتدي جلبابا طويلا أسوداً وأمشي في الطرقات.. أتزوج من رجل عربي لأعيش كريمة حرة !!

بكيت كثيرا ، حتى أتت صديقتي الراهبة لتقول : أنت تبكين على يسوع وكيف صلبوه ؟ .

ازددت ألما في هذه اللحظة ، لم أتمالك نفسي وقد كنت متعبة جدا لدرجة الإنهيار. .سقطت على الأرض أنتحب.. وصرخت وأنا أوجه يدي إلى الصليب، وقلت : تكلمي يا جين هل ما نعتقده في هذا الصليب صحيح؟ أنا حائرة !

من هو الإله إن كنتِ تؤمنين بأن الله ثالث ثلاثة؟ ! لا أستطيع تحمل المزيد من هذا الكذب .. أخبريني الحقيقة .. أي دين يجب أن أتبع ؟؟ ولَم .......

قاطعتني جين وقد كانت مذهولة قائلة : نعم عزيزتي لك الحق أن تسألي مثل هذه الأسئلة .. أنا نفسي سألت نفسي آلاف المرات هذه الأسئلة .! ، وأمسكت بيدي وقالت: ولكن

بعد كل هذا أمسك الإنجيل وأنسى كل هذه الأسئلة التي يلقيها الشيطان في أنفسنا . .

نظرت إليها وقلت : كم أنت ماكرة! تركت المكان ، وخرجت هائمة لا أدري أين أذهب .

فجأة رأيت رجالا يبدوا عليهم أنهم مسلمين من لباسهم . . أسرعت إليهم . .وقلت : أرجوكم أرجوكم . وأخذت أبكي بكاء عميق وقلت: أين أستطيع أن ألتقي بصديقات مسلمات؟ .

قالوا لي بصوت ملؤه الحنان والدفء : تعالي معنا نحن سنذهب إلى هناك لنصلي .

قلت : لا أستطيع الذهاب بمفردي فقط ، قولوا لي أين هو المركز الإسلامي ؟

ذهبت إلى هناك وقد كنت ارتدي تنورة قصيرة فوق الركبة ، دخلت إلى المكان وشعرت بالإسلام يسري في أعماقي . . شعرت بالخجل من ملبسي بعد أن رأيت المسلمات متحجبات ، رأيت ملابس الصلاة موضوعة جانبا وقلت في نفسي : لم لا أضع أحدها على ساقي . .فعلت . .

فسألتني إحدى المسلمات : أهلا بك .. هل ترغبين أن تعرفي شيئا عن الإسلام ؟ .

فقلت : نعم ، وأحب أن تعرفيني على الإسلام ، من فضلك !

قالت : يسرني ذلك ، ولكن هل قرأتِ شيئا عن الإسلام؟

أجبت بتردد : نعم قرأت الكثير ، وأنا معلمة منزلية لإحدى الفتيات المسلمات من السعودية .

قالت : حسنا يسرني لو تزوريني في منزلي لأعلمك شيئا عن الإسلام .

فرحت حتى بكيت من الفرح ، وقلت : شكرا شكرا ..

وقد كنت وقتها أتحدث اللغة العربية ولكن بصورة ضعيفة وجمل غير مرتبة . .ثم استمريت في الذهاب إلى منزل هذه المسلمة قرابة الشهرين ، ثم جاءني الخبر الأليم بأنها تستعد السفر إلى بلدها ، فلذا هي لا تستطيع الإستمرار معي ..

ودعتها وأنا أبكي بحرقة . .وبالمناسبة .. فقد كنت لا أستطيع الذهاب إلى المركز الإسلامي دائما لكي لا ألفت نظر

أحد من صديقاتي أو أهلي . .رجعت إلى المنزل وسجدت كما رأيت المسلمات . . وبكيت وقلت : إلهي ابعث لي من يساعدني . . إلهي إني أحببت الإسلام وآمنت به فلا تحرمني فرصة أن أكون مسلمة ولو ليوم واحد قبل أن أموت . . ذات يوم وفجأة رن هاتف المنزل ، وإذا به صديقي( بوي فريند) يقول : لدينا حفل شواء اليوم هل تأتين معي؟

فقلت : أتمنى ذلك ولكن لا أستطيع . .ومنذ ذلك اليوم لم ألتق به أو حتى أسمع صوته ، لأني سمعت من صديقتي المسلمة السعودية أن ( البوي فريند) محرم في الإسلام إن لم يكن هناك عقد زواج . .وبعد أن أغلقت سماعة الهاتف ذهبت إلى غرفتي . . أخرجت حجابا ( هدية من الفتاة السعودية ) وارتديته كما تفعل هي نظرت إلى وجهي وقلت كم أبدوا جميلة بهذا الحجاب . . أرجعته في صندوقه ونمت بعدها نوما عميقا . .وذات مرة بعد شهر تقريبا بكيت بعد قراءتي في بعض الكتب عن الدين الإسلامي حتى نمت على الأريكة في غرفة المعيشة ، استيقظت على رنين الهاتف الساعة الثامنة مساءاً ، وإذا هي صديقتي السعودية قالت لي : سارا هل كنت نائمة ؟

قلت : نعم ولكن لا يهم . . كيف حالك أنت ؟؟

وبكيت فجأة ، فقالت : مابك سارا . . هل هناك ما يألمك ؟؟ ما الأمر؟؟

قلت لها : إسمعي صديقتي أنا تعبت من الحيرة أشعر أن هناك أمر غريب يسري بداخلي . . هل من الممكن أن آتي إلى منزلك الليلة ؟ أشعر أن اليوم هو يومي الأخير . .

قالت لي : تذكري يا سارا أن بيتي بيتك وأنا أنت . . فلذا مرحباً بك في أي وقت . .

شعرت بحرارتي ترتفع ، والصداع يزداد ، وشعوري بالضيق يكاد يقضي علي .ولكن الإختلاف هنا هو أني كل مرة أشعر فيها بهذا القدر من الإنهيار أفكر بالإنتحار . . . لكن هذه المرة هناك شيء مختلف . .!! أشعر أني أريد أن أفعل شيئا أكبر من ذلك ، هو التغيير . .ركبت سيارتي وكدت أرتطم بسيارات كثيرة من شدة الإكتئاب الذي أعانيه . . وشرود الذهن الذي سيطر علي لمدة ٤ أشهر كاملة . .ذهبت إلى منزل صديقتي وفتح لي الباب أخوها الأكبر قائلا : السلام عليكم سارا . .رددت السلام كما علمتني صديقتي المسافرة . .

ولكن بطريقة أوحت إليه أني خائفة من شيء ما . . .ولكن قطع صمتنا . . صوت صديقتي قائلة : مرحبا مرحبا تفضلي سارا . .دخلت إلى المنزل وفي داخلي الكثير . . في داخلي نار لم تهدأ منذ عدة أسابيع . . بل أشهر . . بل منذ خرجت إلى هذا العالم !! . .جلست معها ، وقدمت لي القهوة العربية التي هي من أجمل الأشياء في الضيافة السعودية . . شربت القهوة . . بعدها بل منذ أن دخلت إلى هذا المنزل الدافئ أحسست بالأمان الذي كنت طيلة حياتي أبحث عنه . .تحدثت مع صديقتي عما يدور داخلي وبعد حديث طويل . . قامت فقالت لي : هل أنت مستعدة لأن تكوني مسلمة ؟؟

قلت : نعم . . بل أريد ذلك الآن . .

قالت : تأني قبل إتخاذ مثل هذا القرار الكبير . .

قلت لها: أنا أشعر أن هذا الدين هو الدين الصحيح ، بل ومتأكدة من ذلك . . أسرعي أختي وقولي لي كيف أصبح مسلمة ؟ . .

قالت صديقتي : الآن باستطاعتك أن تكوني مسلمة ، فقط قولي: أشهد أن لا إله إلا الله و أشهد أن محمدا رسول الله .

قلت لها : حسنا لقنيني إياها كلمة كلمـة . .رددت عاليـا وقلـبي يزداد نبضه بسرعة عالية ودموعي تنهمـر : أشـهد . . . أن . . . لا إله إلا الله . . . و أشهد . . . أن . . . محمدا رسول الله .

نظرت إلى صديقتي ، وقلت بصوت عال : أنا مسلمة . . أنا مسلمة . . أنا مسلمة جديدة . .اليوم ولدت من جديد . . اليوم إسمي مسلمة . . لن ينادوني سارا بعد اليوم . . بل سينادوني مسلمة . .وداعا سارا القديمة . . وداعا للقلق والحيرة . .من اليوم لن أحتاج إلى التفكير في حل متاهات التثليث . . من اليوم أنا لست مذنبة . .أنا مســـــلـــــمــة !

بعد ذلك رجعت إلى المنزل . . و أنا مرتاحة . . لم أستطع النوم ليس لأني قلقة أو محتارة . . بل لأني فرحة . .وضعت البوصلة لأعرف إتجاه القبلة . . وفرشت سجادة الصلاة وصليت أول صلاة في الإسلام صلاة العشاء لأن وقتها لم يخرج بعد . .في آخر سجدة . . . سجدت لمدة ٣٠ دقيقة وأنا أبكي فرحا ، ودعوت الله أن يساعدني ويثبتني على طريق الحق .كان هذا اليوم يوم تاريخ ولادتي . . .١٦-٧-١٩٩٩ . . . .وإسمي مسلمة و بطاقاتي الشخصية استبدلت

بصورتي وأنا متحجبة . . . .مررت بأيام صعبة كثيرة وقد حان الوقت لأرتاح . . وأكون مؤمنة . . . بعد عشرين عاما من الضياع والتيه .اتصلت بصديقتي المسافرة وأبلغتها نبأ إسلامي . . وقد فرحت أشد الفرح . .ولكن لم تنته القصة . .فقد أتت صعوبة إخبار أهلي بالخبر . . ولكني تمالكت نفسي وكان ذلك وقت أعياد الميلاد ، وارتديت حجابي ودخل أبي وأمي وأخي الوحيد .

صرخ أخي: سارا . . ماهذا ؟!! .

قلت له والدموع تملأ عيني : هذا هو الحجاب . . أنا مسلمة اليوم . . اسمي مسلمة وليس سارا .

دهشت أمي وشحب لون وجهها فقالت : عزيزتي هل جننت !؟؟ كيف ترضين الإسلام دينا ؟!

قلت لها : الإسلام ديني ، ومحمد نبيي ، والله ربي ، والقرآن كتابي ، وخديجة وعائشة قدوتي ، وأمريكا بلادي ، وأنت لا زلت أمي ماري ، وأنت أيضا أبي جون ، وأنت أخي الحبيب المدلل مارك ، أنتم عائلتي ، لا شيء جديد سوى أني تغيرت . .أصبحت مسلمة ، وأنا الآن أكثر سعادة

واستقراراً . . أشعر أني إنسانة . . أشعر أني حرة . .واحتضنت أمي وأبي بقوة ، وقد ظهرت عليهم علامات التأثر .

قالت أمي : لا تقلقي حبيبتي ، ولكن ماذا عن هذا الذي ترتدينه الحجاب . . ؟!

قلت لها : أمي هذا هو لباسي ، و أحبه ولاأستطيع خلعه ، لا لا أستطيع . .

قالت أمي : ولكن ماذا سيقول الناس ؟؟ سيقولوا أوه لن نرى شعر سارا الذهبي الرائع . . .

قلت : أمي هذا لا يهم . . المهم هو أني مسلمة . اجتزت الإمتحان وحمدت الله . . بعد أن ذهبوا كتبت رسالة مرفقة بثلاث وردات بيضاء . . .كتبت فيها :أمي ، أبي ، أخي أنا أحبكم ولا زلت ابنة العائلة . . ولا زلت أمريكية . . أرجوكم اقبلوني كمسلمة . .وبالمناسبة . . أعجبت بالهدايا الرائعة التي احضرتموها لي ولكن أريد أن أخبركم بشيء ما وهو أني لن أستطيع الإحتفال معكم السنة القادمة . .

أعرف أن هذا يبدوا محزنا ولكن سأتقبل الهدايا التي ستحضروها لي . .أمي تذكري أني لا زلت أحبـــك ، أبي تذكــر أني لا زلت أحبـــك ، أخي تذكر أني لا زلت أحبك . المحبة : مسلمة . الرسالة السابقة نقلتها من موضوع كتبته صاحبة الرسالة بنفسها وترجمتها لها الفتاة السعودية على الرابط:

http://akhawat.islamway.com/forum/viewtopic.php?t=2123

والمدهش في هذه القصة أن سارة بعد أربعة أيام كتبت أن أمها هي الأخرى أعلنت إسلامها وذلك على الرابط :

http://akhawat.islamway.com/forum/viewtopic.php?t=2200

❊ ❊ ❊

## ما هو تعريف السعادة ؟

أخي الحبيب ، السعادة .. كلمة جامعة لكل مفهوم يضم الفرح والإبتهاج والسرور ، وهي شئ معنوى لا يُرى بالعين ،

ولا يُقاس بالكم ، لا تحويه الخزائن ، ولا يُشترى بالدينار أو الدولار . السعادة شيءٌ يشعر به الإنسان بين جوانحه ، وهي راحة القلب ، واطمئنان النفس ، وسلامة الجسد من الآفات ، فهذا الذي يكون جسده معافى ، ونفسه مطمئنة ، وقلبه هاديء يكون سعيدًا ، لكن لما اهتم الناس بجمع المال ، فإنهم حققوا جزء من السعادة ، فقد يساعد المال في علاج الجسد من الآفات ، ولكن لن يستطيع المال أن يحقق سكينة النفس ، ولا راحة القلب ، بل كان المال عذابا للقلب وللنفس .

❊ ❊ ❊

## ما هي السعادة الوهمية ؟

أحبتي في الله ، منذ زمن بعيد والبشرية ، أَوْ قلْ مِن عهد نزول آدم عليه السلام إِلَـى الأرض وإلى أَنْ يبعث الله النَّاس يوم القيامة ، فالكل يبحث عَنْ السّعادة ومادتها ، وكيفية الوصول إِلَيْهَا وكثير منهم ضلّوا الطريق ، وهم ينقبون عنها فمنهم من ظنّها في إقتناء المال وركض خلف تجميعه بكل طريق ، ومنهم من ظنها في إرتقاء المناصب العليا فبذل من أجل ذلك كل نفيس وغال ، ، ومنهم من ظنها فِي الشهرة وبدأ يرسم

الخطوط العريضة والرّفيعة ليصل إِلَى وهمه ، ومنهم من ظنّها موجودة بالقوّة والسيطرة فركب بحراً مَا زال يتلاطم مَعَ أمواجه ، ومنهم من ظنها في الشهوات فحار وضل ، ومنهم من ظنها في إمرأة جميلة ، وسيارة فارهة ، وقصر مشيد ، فتعب وشقى ، ومنهم من ظنها في النسيان فأدمن المخدرات أو الخمور فضل هو الآخر . . .وكل هؤلاء يبذلون كل نفيس وغال من أجل الوصول لغايتهم ، ولكنهم في الحقيقة وصلوا إلى سراب ، ويروي لنا فضيلة الشيخ ناصر العمر حفظه الله تعالى في محاضرته الماتعة السعادة بين الوهم والحقيقة صورا مختلفة من السعادة الوهمية مع ضرب الأمثلة الواقعية لكل منها نذكر منها ما يلي .

* * *

## هل السعادة في جمع الأموال والثروات ؟

إخوتي في الله ، بعض الناس يظن أن السعادة في جمع المال ، فهل السعادة في جمع المال ، وبناء العقارات والقصور؟

كثير من الناس يتوهم ذلك ، فمنهم من يعبر عن ذلك بلسانه ، ومنهم من يعتقد ذلك بقلبه وإن لم يصرح بذلك .

وفي الحقيقة ليس كـــل صاحب مالٍ سعيدًا فكثيـــر من أصحاب الأموال والثروات يعيشون في شقاء وتعاسة دائمـة في حياتهم الدنيا قبل الآخرة لماذا؟ لأنهم يتعبـون في:جمـع المـال ، ويتعبون في حفظه واستثماره ، ويتعرضون للقلق والخوف من فوات هذا المال وزواله .

كم من إنسان يملك المليارات ولكنه خائف! قلق! لماذا كل هذا الخوف!؟ ولم كل هذا القلق!؟

إنه يخاف على هذا المال ، يخاف أن تأتي هزة سياسـية ، أو يأتي لصوص فيسرقون هذا المال .

إذن ، هو يعيش في شقاء ، خوف ، قلق ، هم ، غم ، بل إنه لا ينام الليل ، وهذا أمر مجرب ، مشاهد ، ترونه بـأعينكم ، بـل قد يكون المال سبب هلاكه ومماته!!

كم من غني خُطِفَ أو قُتِلَ بسبب تجارته ، بل كم من غـني حُرِمَ من لذاته بسبب أمواله ، تجده لا يمشـي طليقـا ، لا يمشـي حرا ، لا يسافر كما يريد ، لا ينام كما يريد ، كـل هـذا بسـبب أمواله!!

ثم كم من إنسان صاحب مال زال ماله ، وزالت ثرواته بسبب أو بآخر فعاش بقية حياته في تعاسة وشقاء .
وإليكم قصة كرستينا أوناسيس تلك الفتاة اليونانية ، ابنة الملياردير المالي المشهور "أوناسيس" ذلك الذي يملك المليارات ، يملك الجزر ، يملك الأساطيل .

هذه الفتاة مات أبوها ، وقبل ذلك ماتت أمها ، وبينهما مات أخوها ، وبقيت هي الوريثة الوحيدة مع زوجة أبيها - لهذه الثروات الطائلة .

أتدري - أيها القارئ الكريم - كم ورثت؟

لقد ورثت من أبيها ما يزيد على خمسة آلاف مليون ريال سعودي !!! فتاة تملك أسطولا بحريا ضخما!! تملك جزرا كاملة!!! تملك شركات طيران!!

أخي الكريم: امرأة تملك أكثر من خمسة آلاف مليون ريال ، بقصورها وسفنها ، وطائراتها ، أليست في مقاييس كثير من الناس أسعد امرأة في العالم؟

ولكن هل هذه المرأة سعيدة؟

وإليكم قصتها العجيبة ، أما أمها: فقد ماتت بعد حياة مأساوية ، وأما أخوها: فقد هلك بعدما سقطت به طائرته ، التي كان يلعب بها .

وأما أبوها: فقد اختلف مع زوجته الجديدة التي هي "جاكلين كندي" زوجة الرئيس الأمريكي السابق "كندي"، تلك الزوجة التي تزوجها بملايين الدولارات ، يبحث عن الشهرة فقط ، ليقال: إنه تزوج بزوجة الرئيس الأمريكي "جون كندي". ومع ذلك فقد عاش معها في شقاء دائم . تصور أن من بنود عقد الزواج: ألا تنام معه في فراش ، وألا يسيطر عليها ، وأن ينفق عليها الملايين حسب رغبتها ومع ذلك فقد اختلفت معه ، وعندما مات ، اختلفت مع ابنته .

ولقد تزوجت هذه الفتاة في حياة أبيها برجل أمريكي ، وعاش معها شهورا ، ثم طلقها – أو طلقته – .

وبعد وفاة أبيها تزوجت برجل آخر يوناني ، وعاش معها شهورا ثم طلقها – أو طلقته – .

ثم انتظرت طويلا تبحث عن السعادة ، أتعلمون من تزوجت؟

للمرة الثالثة ، "أغنى أمرأة في العالم على الإطلاق"، لقد تزوجت شيوعيا روسيا ، يا للعجب!! قمة الرأسمالية تلتقي مع قمة الشيوعية!!!

وعندما سألها الناس ، والصحفيون - بشكل خاص - : أنت تمثلين الرأسمالية فكيف تتزوجين بشيوعي؟

عندها قالت: أبحث عن السعادة!!! نعم ، لقد قالت: أبحث عن السعادة .

وبعد الزواج ذهبت معه إلى روسيا ، وبما أن النظام هناك لا يسمح بامتلاك أكثر من غرفتين ، ولا يسمح بخادمة ، فقد جلست تخدم في بيتها - بل في غرفتيها - فجاءها الصحفيون - وهم يتابعونها في كل مكان - فسألوها: كيف يكون هذا؟

قالت: أبحث عن السعادة .

وعاشت معه سنة ، ثم طلقها - بل طلقته - .

ثم بعد ذلك أُقيمت حفلة في فرنسا ، وسألها الصحفيون:

هل أنت أغنى امرأة؟ قالت: نعم . أنا أغنى امرأة ولكني أشقى امرأة!!!

وآخيرًا تزوجت برجل فرنسي .

لاحظوا أنها تزوجت من أربع دول وليس من دولة واحدة لعلها تجرب حظها .

أقول: تزوجت بغني فرنسي (أحد رجال الصناعة) وبعد فترة يسيرة أنجبت بنتا ، ثم طلقها - بل طلقته - . ثم عاشت بقية حياتها في تعاسة ، وهَمْ ، ومنذ شهور وجدوها ميتة في شاليه في الأرجنتين ، لا يعلمون هل ماتت ميتة طبيعية ، أم أنها قتلت ، حتى إن الطبيب الأرجنتيني قد أمر بتشريح جثتها ، ثم دفنت في جزيرة أبيها!!

انظر إلى هذه المرأة هل أغنى عنها مالها؟ أما في الدنيا: فلا ، وأما في الآخرة ، فستقول : ﴿ **مَا أَغْنَى عَنِّي مَالِيهْ(٢٨) هَلَكَ عَنِّي سُلْطَانِيهْ(٢٩)** ﴾ [ الحاقة : ٢٨-٢٩] .

إذن ، المال وحده لا يجلب السعادة ، ولا يوفرها ، فمن أكبر أوهام السعادة السعادة في المال الثراء .

❊ ❊ ❊

## هل السعادة في الشهرة ؟

أحبتي في الله ، بعض الناس يظن أن السعادة في الشهرة ، كالرياضة ، والفن؟ فهل السعادة حقًا في الشهرة ؟ !

أقول: لا ؛ لأن الشهرة شقاء وليست سعادة ، وخصوصًا إذا لم ترتبط بتقوى الله سبحانه وتعالى ، والحق أن الذي يتقي الله سبحانه وتعالى لا يريد الشهرة ؛ لأن الشهرة إذا ارتبطت بغير سبب أصيل فإنها تزول سريعا ، وإذا زالت عن صاحبها عاش في شقاء ، وتعاسة .

قد يتوهم كثير من الناس أن السعادة موجودة عند صنفين من الناس هم أهل الرياضة وأهل الفن وسوف نبرهن على أن الأمر ليس كذلك .

### ١- أهل الرياضة :

معظمهم يعيش الشقاء في أيامه ولياليه ، فمن معسكر إلى معسكر ومن سفر إلى سفر فلا يكاد يستقر مع أهله إلا قليلا . ويضطر أغلبهم إلى التفريط بمستقبلهم الدراسي وعدم مواصلته . بسبب الانشغال الكامل بالرياضة .

أضف إلى ذلك: اضطرابهم عند كل مباراة . وكآبتهم عند كل هزيمة .

ثم إن الإصابات تتقاذفهم من كل جانب .

كما أن الخوف من رأي الجماهير ونظرتها عند أي هبوط في المستوى يجعلهم يعيشون شقاء متواصلا .

ثم ماذا بعد ذلك؟ إن الناس سرعان ما ينسونهم بعد الاعتزال فيزدادون ألما وحزنا .

إذن فليست السعادة عند أهل الرياضة وإن ظن الكثيرون أنها عندهم .

### ٢- أهل الفن :

إن حياتهم أسوأ حياة يعيشها البشر! ، فشل أسري ، مخدرات ، انحلال ، انعدام حياء ، موت فضيلة . وأقصد بأهل الفن: أهل الغناء والطرب ، والتمثيل . ولا أقول هذا من عندي ، بل هو من مذكراتهم التي تعج بها الصحف صباح مساء . نذكر أحد الأمثلة المشهورة وهي الممثلة مارلين مونرو التى لقبت بملكة الإغراء ، فكم حققت من الشهرة ما لم تصل إليه قرنائها ومع هذا إنتحرت ، وكتبت

لبنات جنسها بوصية مفادها: احذري المجد ، احذري كل من يخدعك بالأضواء ، إني أشهر امرأة في الوجود ، ومع ذلك فأنا أتعس امرأة في الوجود إن سعادة المرأة الحقيقية في الحياة – تقصد الحياة الطبيعية البعيدة عن الأضواء والشهرة – .

❋ ❋ ❋

## هل السعادة في الحصول على الشهادات ؟

الإخوة الفضلاء ، ربما كانت السعادة في نيل أعلى الشهادات ، في أن يصبح الإنسان "حاملًا لشهادة الدكتوراه !!، لكني أقول لكم – بكل ثقة – لا .

وإليكم هذه القصة الواقعية التي تبرهن أن السعادة ليست في الشهادات وهذه القصة نشرتها مجلة اليمامة . طبيبة تصرخ ، تقول: خذوا شهاداتي وأعطوني زوجا!!! انظروا كيف تقول هذه الطبيبة ، تصوروا ، دكتورة في الطب ، وربما كانت في نظر كثير من الناس "سعيدة جداً"، طالما أنها امرأة واستطاعت أن تكون دكتورة ، بل وفي الطب أيضا .

لأن الطب - في نظر كثير من الناس - أعلى العلوم ، وشهاداته أفضل الشهادات ، وهذه نظرة خاطئة ، إنما هذه نظرة الكثير من الناس ، أن الإنسان إذا كان "دكتوراً" في الطب ، فإنه يعيش في قمة السعادة .

إقرأوا ما تقوله هذه المرأة ، الساعة السابعة من صباح كل يوم ، وقت يستفزني ، يستمطر أدمعي ، لماذا؟ أركب خلف السائق متوجهة صوب عيادتي بل مدفني ، بل زنزانتي"، تعبر عن عيادتها التي طالما كافحت حتى تصل إليها ، تعبر عنها "بالمدفن" تعبر عنها "بالزنزانة" ، ثم تقول: "وعندما أصل مثواي" بدل أن تقول: أصل إلى مكتبي ، ومقر سعادتي ، تقول: أصل مثواي .

ويتواصل الحديث "أجد النساء بأطفالهن ينتظرنني ، وينظرن إلى معطفي الأبيض ، وكأنه بردة حرير فارسية ، هذا في نظر الناس ، وهو في نظري لباس حداد لي !!!

فأدخل عيادتي ، أتقلد سماعتي وكأنها حبل مشنقة يلتف حول عنقي ، العقد الثالث يستعد الآن لإكمال التفافه حول

عنقي [أي: بلغت الثلاثين من عمرها] ، والتشاؤم ينتابني على المستقبل .

[أخيرا تصرخ وتقول:] خذوا شهاداتي ومعاطفي ، وكل مراجعي ، وجالب السعادة الزائفة [تعني المال] ، وأسمعوني كلمة "ماما" .التوقيع: دكتورة س . ع . غ . الرياض .

* * *

## هل السعادة في إرتقاء المناصب العليا ؟

معاشر الإخوة ، لعل أصحاب السعادة هم أصحاب المناصب العالية المرموقة من قادة ووزراء وغيرهم؟

غير أني أقول لكم: لا .

لأن المسئولية هَمْ في الدنيا ، وإن لم يقم صاحبها بحقها فهي حسرة وندامة يوم القيامة ، فصاحب المنصب والسلطان لا يفارقه الهم خوفا من زواله ، تجده يشقى للمحافظة عليه ، وإذا زال منصبه – ولابد أن يزول – عاش بقية عمره تعيسا .

والمنصب قد يكون سببا في هلاك صاحبه ، ولذلك يعيش في خوف وقلق دائمين .

وإليكم قصة شاه إيران الرجل الذي أقام حفلا ليعيد فيه ذكرى مرور ألفين وخمسمائة سنة على قيام الدولة الفارسية ، وأراد أن يبسط نفوذه على الخليج ، ثم على العالم العربي بعد ذلك ، ليلتقي مع اليهود ، ذلك الرجل الذي كان يتغنى ويتقلب كالطاووس ، كيف كانت نهايته .

لقد تشرد!! طرد!! لم يجد بلدا يأويه ، حتى أمريكا التي كان أذل عميل لها .

وظل على هذه الحال حتى مات شريدا طريدا في مصر ، بعد أن أنهكه الهم ، وفتك به السرطان .

أما أولاده وأهله وحاشيته فقد أصبحوا أشتاتا متفرقين في عدة قارات!!!

* * *

## هل السعادة في الإدمان ؟

أحبتي في الله ، في الحقيقة الإدمان: هو ابتهاج مؤقت ، ونوع من التخيل والوهن ، أو محاولة نسيان الواقع ومشكلاته ، إنه خطر يهدد جمال المرأة وعفتها ، ويهدد قوة الرجل وشهامته

وشيمته وغيرته ، لم يعد هناك فرق بين الذكر والأنثى ، فالإدمان أصبح داءً يهدد الجميع .

يبدأ أحياناً بصورةٍ مألوفة: كالإدمان على مشاهدة التلفاز ، أو الأفلام ، أو لعب الورق ، أو غيرها ، أو مشاهدة المواقع الإلكترونية ، أو بعض الألعاب عبر الكمبيوتر ، ولكن ثمة صور أخرى: كإدمان التدخين مثلاً ، أو الخمور والمخدرات ، أو العقاقير المهدئة ، أو عقاقير الهلوسة ، أو غيرها ، وكان في الماضي يظن أن هذا خاص بالرجال ، وأنه مرض ذكوري حتى تمَّ اكتشاف أن مثل هذا الأمر يلعب بالجنسين معاً ، ولا يفرق بين غني وفقير ، أو مثقف وجاهل ، أو مراهق وكبير ، أو ذكر وأنثى .

ومن القصص الواقعية في تعاسة هؤلاء الذين ظنوا أن السعادة في الإدمان ، هذه طالبة في الجامعة ذات جمال فتان ، أفسدها الإدمان ، ثم تزوجت واحتالت حتى أوقعت زوجها في الإدمان ، وشكلا شبكة لتوزيع المخدرات على طلاب الجامعة ، قبل أن يتم القبض عليهما وإيداعهما السجن ثم المصحة النفسية .

وأخرى كانت عاملةً في الطيران ذات جمال وثقافة ، تجيد أربع لغات ، وقعت في الإدمان وتدهورت حالتها ، وطلقت من زوجها لتتدرج وتصبح عضواً بل مديراً لشبكة بغاء قبل أن تقع في أيدي أجهزة الأمن .

* * *

## هل السعادة في تحقيق الهدف ؟

الإخوة والأخوات ، لا بد للحياة من هدف هذا معلوم ، ولكن ما هو هذا الهدف؟ قد يختلف هذا الهدف من شخص لآخر .

فإذا سألت عاشق ما هدفك ؟

قال: لقاءٌ يشفي من الفرقة ، واعتناقٌ يداوي من الحرقة ، فإذا وصل إلى ما يتمناه وجد أنه قد ضل الطريق .

وإذا سألت عالم ما هدفك ؟

قال: إدراك الحقيقة ، واستنباط المعاني الدقيقة ، فإذا وصل إلى غايته ، وجد أن السعادة ليست فقط في أمنيته .

وإذا سألت إمرأة تريد أن تتزوج ، ما هدفك ؟

قالت: زوجٌ يملأ قلبي جلالاً ، ويملأ عيني جمالاً .

وإذا تزوجت من رجل قد تتحول حياتها لجحيم نتيجة لخلافات زوجية مستمرة .

وإذا سألت من يريد أن يكون غنياً ما هدفك ؟

فيقول : أكون غنيا فيضحي من أجل المال بصحته ، وبعلاقاته الشخصية مع أقاربه مع زملائه مع أصدقائه ، فإذا وصل إلى ما يريد وحقق الهدف وجد نفسه قد فقد لذة الحياة ، وشعر بالبؤس ، وصارت متعته الوحيدة هو أن يتكلم عن عبقريته الماضية في جمع المال ، وعن تاريخه ، وإنجازه .

وكذلك هذا الذي يسعى للظهور والشهرة ، ولا يتعرض لنقدهم ، كثيراً ما يعيش شقياً بائساً ، والسعي وراء الظهور والشهرة ربما يكون من أكبر العقبات في سبيل السعادة إذا تعارضت مع الغرائز الفطرية وهي أن تعيش سعيداً مع زوجتك ، وأطفالك ، وجيرانك .

هذه بعض الأمثلة السريعة وما أكثر هذه الأمثلة من السابقين واللاحقين ، تجري فيهم سنة الله تعالى التي لا تتبدل ولا تتغير .

إذن هذه صور من صور السعادة الوهمية التي يتصور الناس أنها سعادة حقيقية .

فكثير من الناس يبدو لأول وهلة أنهم سعداء ، وهم في الواقع يتجرعون غصص الشقاء والبؤس والحسرة . ومن أوضح الأمثلة على السعادة الوهمية ، ما تعيشه أوربا ، وبخاصة الدول الإسكندنافية ، فهي أغنى الدول ، سواء على مستوى الدولة ، أو على مستوى دخل الفرد ، ومع ذلك فهي تمثل أعلى نسب الانتحار .

فدولة السويد مثلا هي أغنى دولة من حيث دخل الفرد ، ولكنها أعلى دولة في نسب الانتحار !!

بينما نجد الدول الإسلامية مع أن أكثرها فقيرة تسجل نسبة صغيرة جدًا في الإنتحار تكاد تكون منعدمة تقريبًا على مستوى العالم .

وهكذا نرى من خلال الواقع أن السعادة الحقيقية ليست في المال ولا في الشهرة ، ولا في الشهادات ، ولا في المناصب ، ولا في الإدمان ، ولا تحقيق الهدف الدنيوي ولا ما أشبه ذلك من حطام الدنيا ، إذن فما هي السعادة الحقيقية ؟!

* * *

## ما هي السعادة الحقيقية ومن هم السعداء ؟

إخوتي في الله ، في الحقيقة السعادة الحقيقية في الراحة النفسية والتي لا تتم الا بالقرب من الله جل وعلا ، والسعادة أيضا في المقدرة على التعامل مع أفراح ومصائب الحياة بكفاءة . وحتى تتضح صورة السعادة نقول أن المجتمع الغربي ليس سعيداً مع كل ما يملكه من مستوى مادي مرتفع وحريات كثيرة فالهم ، والغم ، والتوتر ، والقلق النفسي ، وعدم الرضا ، والملل ، والحزن والكآبة والخوف ، وتأنيب الضمير ، والحيرة ، والتشتت ، والوسواس القهرى من الأمراض الرئيسية للحضارة الغربية . فلا الإباحية الجنسية ولا المال ولا الاستقلال ولا غير ذلك جعل الغرب سعيدًا ، وفي الحقيقة أن الإمتثال لأمرالله ، هو غاية سعادة العبد في معاشه ومعاده ، فليس للعبد في دنياه وآخرته أنفع من امتثال أوامر ربه تبارك وتعالى ، وما سعد من سعد في الدنيا والآخرة إلا بامتثال أومراه ، وما شقى في الدنيا والاخرة إلا بتضييع أوامره ، فالسعيد اذن هو الإنسان المؤمن بالله والراضي عن أعماله

والقادر على التعامل مع الحياة بكفاءة عالية ، فالمؤمن سعيد لأنه يشعر أنه قريب من الله القادر العزيز الجبار المتكبر الرحمن الرحيم . وهذا القرب يعطي الإنسان اطمئنانا نفسيًا كبيرا لأن الإنسان ينسجم مع فطرته ويشعر أن الله قادرعلى أن يحميه ويعطيه وينصره .

فالإلتزام بالإسلام يجعل الإنسان راضيا عن أقواله وأفعاله فهو يحاول ألا يقول وألا يفعل إلا الخير ، ولقد وعد الله عز وجل مَن عمل عملا صالحًا ذكرًا كان أم أنثى ، وهو مؤمن بالله ورسوله ، أن يحييه في الدنيا حياة سعيدة مطمئنة ، ولو كان قليل المال ، ويجزيه في الآخرة ثوابه بأحسن ما عمل في الدنيا ، والدليل قول الله تعالى : ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ ﴾[ النحل : ٩٧] .

فالمؤمن يعيش في جنة حقيقية بإيمانه بالله جل وعلا ورضاه عن قضائه فهو يغمره شعور فياض بنعم الله تعالى عليه في كل وقت مهما حدث له ومهما أصابه من البأساء والضراء .

وَعَنْ صُهَيْبٍ قَالَ :قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ : « **عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ** » [(١)] .

فالمؤمن يعلم يقينا أن جنة الدنيا لا تكون ، ولن تكون إلا في ظل الإيمان بالله جل وعلا ، والرضا عنه سبحانه وتعالى ، ، وهو يعلم أن الله تعالى أرحم به من رحمة الأم بولدها ، فالله تعالى لا يفعل شيئا على وجه العبث - حاشا وكلا – فلماذا يعترض المسلم على قضاء الله وقدره ؟ ولماذا يحرم المسلم نفسه من دخول جنة الرضا التى ما دخلها أحد في الدنيا إلا سعد في الدارين في الدنيا والآخرة .

* * *

## حوار لطيف مع السعادة

قيل للسعادة : أين تَسكُنين ؟

قالت : فى قلوب الراضين.

---

(١) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٩٩٩ .

قيل : فبِمَ تتغذين ؟

قالت : من قوة إيمانهم.

قيل : فبِمَ تدومين ؟

قالت : بحُسن تدبيرهم.

قيل : فبِمَ تُستَجْلبين ؟

قالت : أن تعلم النفس أن لن يصيبها إلاَّ ما كَتَبَ الله لها.

قيل : فبم ترحلين ؟

قالت : بالطمع بعد القناعة ، وبالحرص بعد السماحة ، وبالهمّ بعد السرور ، وبالشكّ بعد اليقين ( من أقوال الدكتور مصطفى السباعي ) .

* * *

## ما هو غذاء الجسد وغذاء الروح ؟

هل تعلم - أخي الكريم - أن الله سبحانه وتعالى رب السموات والأرض وما فيهن خلق آدم من عنصرين أساسيين جسد وروح .

و لكل عنصر غذاؤه الخاص به ، والعنصران مرتبطان ببعضهما البعض لأنهما يكونان بذلك العنصر البشري ، فمعلوم أن الله تعالى خلق آدم بيديه – من تراب – ونفخ فيه من روحه .

الجسد هو هذا الذي نعرفه كلنا ، عظام مركبة عليها عضلات وأعصاب ، وعليها لحم ، وأجهزة: جهاز سمعي ، وجهاز بصري ، وجهاز تنفسي ، وجهاز هضمي ، وجهاز دموي ، وجهاز تناسلي ، الأجهزة هذه عرفها الناس ، والله تعالى لا يميز بين شخص وآخر بالجسد فلم يأت في كتاب الله ، ولا في سنة رسول الله ﷺ الثناء على الناس على قدر أجسامهم ، ولقد ثبت عن رسول الله ﷺ أنه قال : « **إِنَّ اللهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُوَرِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ** »[٢] ، أجل جسمك صغير أو كبير ، أبيض أو أسود ، طويل أو عريض ، سمين أو ضعيف ، هذا ليس له قيمة ؛ لأنك لست الذي ركبت جسمك ، ولا أنت الذي لونت جسمك ، ولا أنت قمت بتطويله ، فالذي ركبك هو الله ﷻ

(٢) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٥٦٤ .

﴿ هُوَ الَّذِي يُصَوِّرُكُمْ فِي الْأَرْحَامِ كَيْفَ يَشَاءُ ﴾ [آل عمران:٦] لا كيفما تشاءون أنتم ، هذا هو الجسد .

وكثير من الناس الآن لا يعرفون من الإنسان سوى جسده ، ولهذا فإن التركيز والأهمية في حياتنا على الجسد ، فالطفل الرضيع عندما يكون صحيحًا غير جائعًا تجده يلعب بيديه ورجليه ، وتملأ ضحكاته البريئة جنبات البيت ، ولكن ما إن يأخذ منه الجوع مأخذاً حتى تنقلب تلك الضحكات إلى صيحاتٍ وبكاء ، فلا تنفع معه تهدئة المهدِّئين ، ولا قرب الْمُقرَّبين ، وبمجرد أن تُلقمه أمه ثديها ، ويشرب من حليبها ؛ يتوقف فوراً عن البكاء ، وما هي إلا لحظات ويعود إلى ما كان عليه ، فهذا الطفل يعرف ما يحتاجه وما ينقصه ، فيحدد ما أراد ويصيب الهدف .

وعندما يعطش إنسان عطشاً شديداً ترتخي منه الشفتان ، فلا يستطيع الحراك ولا الكلام ، حتى إذا ما وجد الماء وشرب منه دبّت فيه الحيوية والنشاط ، وتحسّن حاله ، وهنا نقول له: لقد أصبت الهدف .

ما من أحد إلا وقد داهمه السهر لسببٍ ما ، فتجده في اليوم التالي قد شَحُب وجهه ، واحمرت عيناه ، وضعف جسمه ، فهو على هذا الحال حتى ينام ، فإذا استيقظ وجدت الراحة قد علت مُحيّاه ، وتماسك جسمه بعد أن كان منهاراً ، وهنا نقول له: لقد أصبت الهدف .

فالجسد غذاؤه من مادته أي من التراب الذي خلق منه مثل : الطعام ، والشراب ، والهواء ، والراحة ، والنوم . . . ، فإذا جاع الجسد قيل أطعموه ، وإذا عطش الجسد قيل إسقوه ، وإذا برد الجسد قيل أدفئوه ؛ ملابس شتوية ، وإذا احتر الجسد قيل بردوه: مكيفات ، ومراوح ، وملابس صيفية .

إذاً الحياة عند الناس الآن حياة الجسد ، وهل أنت إنسان بجسدك فقط ؟! لو أن القضية قضية جسد ففي الحيوانات من هو أكبر منك جسداً .

ويقول العلماء: إن الروح هي الطاقة المحركة لهذا الجسد ، فالجسد يتحرك ، والعين تبصر ، من الذي يحركها؟

الروح ، إذا صعدت الروح ، هل تبصر العين؟ العين موجودة لم يذهب شيء ، لكن ذهبت الروح المحركة لها .

الأذن تسمع فإذا خرجت الروح لا تسمع ، مع أن الأذن موجودة والجهاز السمعي موجود ، تأتي فتصيح في سمعه فلا يسمعك ، لماذا؟ الذي يحركها ليس موجوداً .

حسناً ما هي الروح؟ لا نعلمها ، عندما سألوا النبي ﷺ عن الروح قال الله تعالى له: ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلاً ﴾ [الإسراء:٨٥] ، وهذه الروح من الأشياء التي استأثر الله بعلمها ، ولا نعلم عنها شيئاً إلا بعض صفاتها ، بأنها تخرج ، وأنها تصعد وأنها إذا مات الإنسان صعدت روحه .

فمن أسقام هذه الروح كدر النفس من : هم ، وغم ، وضيق ، وحزن ، وتوتر ، وقلق ، وخوف ، وتأنيب ضمير ، وحيرة ، وتشتت ، وكآبة ، وصدمة عصبية ، ووسواس قهري . . . .فأحياناً يكون على القلب مثل الجبل من الهموم والغموم ، والضيق ، فلا تسمع إلا تأوهات وزفرات ، يحاول بها هذا الإنسان أن يُخرج هذه الأثقال .

وفي الحقيقة فإن الإسلام قد إعتنى بوضع الوسائل الكفيلة بالحفاظ علي الصحة الروحية فندب المؤمن إلى ذكر الله تعالى

على كل حال ، كما أوجب عليه الحد الأدنى الذي يكفل له غذاء الروح وذلك بشرع الفرائض من الصلاة ، والصيام ، والزكاة ، والحج ثم فتح له بابا واسعا بعد ذلك بالنوافل وجميع أنواع القربات . هذه العبادات تربط الإنسان بربه وتعيده إليه كلما جرفته موجات الدنيا لذلك كان رسول الله ﷺ يقول : « **وَجُعِلَتْ قُرَّةُ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ** »[3] وكان يقول : « **أَقِمِ الصَّلَاةَ يَا بِلَالُ أَرِحْنَا بِهَا**»[4] ، وقد نهى الإسلام عن الأمور التي تؤدي إلى سقم الروح وضعفها فنهى عن اتباع الأهواء ، والشبهات والانهماك في الملذات ؛ لأنها تعمي القلب وتجعله غافلا عن ذكر الله لذلك قال الله تعالى في وصف الكفار : ﴿**إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلاً**﴾[ الفرقان : ٤٤] ، وقال تعالى : ﴿**وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ**﴾[ محمد :١٢] .

* * *

(٣) (صحيح) أخرجه النسائي في سننه ٣٩٤٠ وصححه الألباني في المشكاة .

(٤) (صحيح) أخرجه أبو داود في سننه ٤٩٨٥ وصححه الألباني في المشكاة .

## كيف يوازن الإسلام بين متطلبات الجسد والروح ؟

أحبتي في الله ، الإسلام دين يوازن بين متطلبات الروح ومتطلبات الجسد ، ولا يُحَرِّم على الإنسان التمتع بما أحل له من متع الدنيا ، هكذا أنزل الله في القرآن على المسلمين يعلمهم أن ما يحبه البدن من حظوظه ومتاعه مما يضمن له إقامته وصحته ليس إلا لخدمة الروح ولإعانتها على الاستمرار في سيرها وسفرها إلى الله والدار الآخرة ؛ لأن البدن مطية الروح ، فلا بد لإكرام هذه المطية وإعطاءها ما يعينها على السير بهذه الروح والسفر والبلوغ للدار الآخرة بسلام .

والإسلام لا يدعو إلى الرهبانية والتبتل واعتزال الناس ، ألم يثبت عن رسول الله أنه عندما بلغه أن ثلاثة نفر سألوا عن عبادته ، فلما أخبروا بها كأنهم تقالوها ، فقالوا : وأين نحن من النبي ﷺ وقد غفر الله له ما تقدم وما تأخر ، قَالَ أَحَدُهُمْ: أَمَّا أَنَا فَإِنِّي أُصَلِّي اللَّيْلَ أَبَدًا ، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَصُومُ الدَّهْرَ وَلاَ أُفْطِرُ ، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَعْتَزِلُ النِّسَاءَ ، فَلاَ أَتَزَوَّجُ أَبَدًا ، فَجَاءَ رَسُولُ اللهِ ﷺ إِلَيْهِمْ فَقَالَ: « **أَنْتُمُ الَّذِينَ قُلْتُمْ كَذَا وَكَذَا ، أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتْقَاكُمْ لَهُ ، لَكِنِّي أَصُومُ**

**وَأُفْطِرُ ، وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي** »(٥) .

وكذلك فلقد ثبت عن النبي ﷺ أنه أقر بما قاله سلمان الفارسي لصاحبه أبي الدرداء ينصحه : « **إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ ،** » ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ : «**صَدَقَ سَلْمَانُ**»(٦) .

لذلك فالدين الإسلامي دين يوازن بين متَطَلَّبات الروح ومتَطَلَّبات الجسد ، فلا يُطغي جانباً على جانب بل الإسلام دين حياة وآخرة ، يقول الله تعالى: ﴿ **قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللهِ الَّتِى أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالْطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ** ﴾[الأعراف:٣٢] ، ويقول سبحانه: ﴿ **وَابْتَغِ فِيمَا ءاتَاكَ اللهُ الدَّارَ الآخِرَةَ وَلاَ تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِن كَمَا أَحْسَنَ اللهُ إِلَيْكَ** ﴾ [القصص:٧٧] .

فللروح أشواقَها وطلباتِها وللجسد رغباته ومادته ، ولكن

---

(٥) (صحيح) أخرجه البخاري ٥٠٦٣ .

(٦) (صحيح) أخرجه البخاري ١٩٦٨ .

الإسلام لا يجعل للدنيا مقام يعلو على الآخرة ، لذلك قال: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا ءاتَاكَ اللهُ الدَّارَ الاْخِرَةَ﴾ مما يشعر أن الآخرة هي الغاية والمطلوب ، أما فيما يتصل بالدنيا فقال: ﴿وَلاَ تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾ ، ولفظ النصيب يشعر بأنه محدود ومعلوم ومقدر كمًّا وكيفاً ومقداراً وزماناً ، وهذا النصيب من الدنيا ملازمٌ للإنسان مدركه لا محالة ، كما قال رسول الله : « **أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا اللهَ وَأَجْمِلُوا فِي الطَّلَبِ ، فَإِنَّ نَفْسًا لَنْ تَمُوتَ حَتَّى تَسْتَوْفِيَ رِزْقَهَا وَإِنْ أَبْطَأَ عَنْهَا ، فَاتَّقُوا اللهَ وَأَجْمِلُوا فِي الطَّلَبِ ، خُذُوا مَا حَلَّ وَدَعُوا مَا حَرُمَ** »[7] .

ويقول الله تعالى في سورة الشمس: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا (٩)وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا (١٠)﴾[الشمس:٩ ، ١٠] قد أفلح من زكاها ، أي: أفلح من طهر نفسه من الذنوب ونقاها من العيوب ورَقَّاها بطاعة الله وعَلَّاها بالعلم النافع والعمل الصالح ، وقد خاب من دسَّاها ، أي خَابَ من أخْفَى نفسه الكريمة في مزابل المعاصي وأمات استعداها للخير بالمداومة على اتباع طرق الشيطان وفعل الفجور .ولقد كان رسول الله

(٧) (صحيح) أخرجه ابن ماجه ٢١٤٤ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

ﷺ أفقه خلْق الله بالدنيا وأعلمهم بها ، فهو القائل ﷺ: « **مَا لِي وَلِلدُّنْيَا ، مَا أَنَا فِي الدُّنْيَا إِلَّا كَرَاكِبٍ اسْتَظَلَّ تَحْتَ شَجَرَةٍ ثُمَّ رَاحَ وَتَرَكَهَا** »(٨) .

❊ ❊ ❊

## ما هو السر في سعادة هذا العامل الفقير ؟

إخوتي في الله ، يحكى أن صاحب مصنع نصراني كلما دخل مصنعه وجد عامل أسيوي بسيط مبتسم وسعيد ، سأله مرة لماذا وأنت فقير تحس بالسعادة و أنا من أنا صاحب المصنع وأحس بالتعاسة و الضيق ؟

أجابه بكل بساطة ، لأني مسلم ، فقال بدهشة إن أنا أسلمت أكون سعيدا مثلك ؟! قال : نعم .

فأخذه إلى مركز إسلامي لإعلان إسلامه وما أن نطق بالشهادتين حتى أجهش بالبكاء !

سألوه بعدها ما أبكاك؟

---

(٨) (**صحيح**) أخرجه أحمد ٣٧٠٩ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

قال لهم سبحان الله ما إن نطقت بالشهادة حتى أحسست بسعادة ما شعرت مثلها من قبل تملئ فؤادي..

نعم تلك هي السعادة الحقيقية ، ولما لا !!!، وقد كان أحدهم يغمس الخبز اليابس في ماء النهر و يأكله و هو في غاية السعادة و يقول : **لو علم الملوك ما نحن فيه من سعادة لجالدونا عليها بالسيوف** .

لقد نشر رئيس تحرير إحدى المجلات تحقيقًا صحفيا في مقالين منذ سنوات عنوانه : " أهل الجنة ليسوا سعداء " يقصد بأهل الجنة هم سكان السويد الذين يعيشون في مستوى إقتصادى يشبه الأحلام ، فالدولة تنفق ثلث الضرائب التي يدفعها الشعب السويدي في التأمينات الإجتماعية ، وتدفع الدولة ٨٠٪ منها في مساعدات نقدية ، ففي السويد أعظم ميزانية هي ميزانية الشئون الإجتماعية ، ثم ميزانية وزارة التربية ، ومع هذه الضمانات فقد ذكر الصحفي أن الناس يحيون في السويد حياة قلقة ، كلها ضيق وتوتر ، وشكوى وسخط ، وتبرم ويأس ، ونتيجة لذلك يهرب الناس من هذه

الحياة الشقية النكدة عن طريق الإنتحار ، الذي يلجأ إليه الألوف من الناس ، تخلصا مما يعانونه من عذاب نفسي أليم .

وإنتهى كاتب هذا المقال إلى أن السر وراء هذا الشقاء يرجع إلى أمر واحد وهو فقدان الإيمان .

والسبب يكمن في أن هؤلاء اهتموا بالجسد وغذائه ومتعه الزائلة ، وتجاهلوا غذاء الأرواح ، في حين أن المسلم عندما يتعرض لمصيبة أو جائحة تجتاح ماله يصبر لأنه يؤمن بالقضاء والقدر ، فهذا مما يهون عليه المصائب ، ويقول: «**إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ، اللهُمَّ أْجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي ، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا ، فَيَخْلَفَ اللهُ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا** » وهذا موعود نبي الرحمة ﷺ فهو يعلم أن نزول المصائب مكفرات للذنوب والمعاصي فيقول رسول الله ﷺ: « **لَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ ، فِي جَسَدِهِ وَأَهْلِهِ وَمَالِهِ ، حَتَّى يلقى الله وما عليه خطيئة** »(٩) .

فالكل يريد أن يلقى الله تعالى وليس عليه خطيئه حتى يفوز بجنة عرضها السموات والأرض أعدت للصابرين فيها ما لا عين رأت ولأذن سمعت ولا خطر على قلب بشر .

---

(٩) (صحيح) أخرجه البخاري في الأدب المفرد ٤٩٤ وصححه الألباني .

* * *

## هل تعلم أن سعادتك فى داخلك ؟

نعم – أخ الحبيب– سعادتك فى داخلك فلماذا تبحث عنها بعيداً وتسافر فى طلبها؟ فسعادتك فى إيمانك بالله تعالى ، وسعادتك فى صُحبة الأخيار والتعايش مع كل حرف من حروف كتاب العزيز الغفار ، وفى التَّلذذ بذكر الواحد القهار ، وسعادتك فى إدخال البسمة والفرحة على اليتيم والمسكين والمريض والمُبتلى والمحزون .

سعادتك فى الزهد فى الدنيا والتطلع لنعيم الجنة التى فيها مالا عينٌ رأت ، ولا أذنٌ سمعت ، ولا خطر على قلب بشر .

* * *

## كيف يضمن الإسلام السعادة في الدارين ؟

إخوتي في الله ، لقد جاء الإسلام بنظام شامل فوضع لإنسان من القواعد والنظم ما يرتب له حياته الدنيوية والأخروية وبذلك ضمن للإنسان ما يحقق له جميع مصالحه الدنيوية والأخروية ، فقد جاء الإسلام للحفاظ على المصالح

العليا والمتمثلة في الحفاظ على: النفس والعقل والمال والنسل والدين فالسعادة في المنظور الإسلامي تشمل مرحلتين :

١- **السعادة الدنيوية** : فقد شرع الإسلام من الأحكام ووضح من الضوابط ما يكفل للإنسان سعادته الدنيوية ، إلا أنه يؤكد بأن الحياة الدنيا ليست سوي سبيل إلى الآخرة ، وأن الحياة الحقيقية التي يجب أن يسعى لها الإنسان هي حياة الآخرة فيقول الله تعالى في القرآن الكريم وهو الرسالة التي أنزلت على نبي الإسلام محمد ﷺ : ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ﴾[ النحل :٩٧] ، وقال تعالى : ﴿فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى(١٢٣) وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكاً﴾[ طه :١٢٣ – ١٢٤ ] ، وقال تعالى: ﴿ قُلْ مَتَاعُ الدَّنْيَا قَلِيلٌ وَالآخرة خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَى وَلاَ تُظْلَمُونَ فَتِيلاً﴾ [النساء:٧٧] .

٢- **السعادة الأخروية** : وهذه هي السعادة الدائمة الخالدة ، وهي مرتبة على صلاح المرء في حياته الدنيا قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ تَتَوَفَّاهُمُ الْملائِكَةُ ظَالِمِي أَنفُسِهِمْ فَأَلْقَوُاْ السَّلَمَ مَا كُنَّا نَعْمَلُ مِن سُوءٍ بَلَى إِنَّ اللهَ عَلِيمٌ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ﴾[ النحل :٢٨]

، وقال تعالى : ﴿لِّلَّذِينَ أَحْسَنُواْ فِي هَـذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَلَدَارُ الآخرة خَيْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ﴾[ النحل :٣٠] ، والحياة الدنيا ليست جنة في الأرض ، قال تعالى : ﴿قُلْ مَتَاعُ الدَّنْيَا قَلِيلٌ وَالآخرة خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَى وَلاَ تُظْلَمُونَ فَتِيلاً ﴾[ النساء : ٧٧] .

ولقد حدد الإسلام المقصد من خلق الإنسان وحذره من أن ينشغل بطلب الرزق عن المقصد الذي خلقه من أجله فقال تعالى : ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ (٥٦) مَا أُرِيدُ مِنْهُم مِّن رِّزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَن يُطْعِمُونِ (٥٧) إِنَّ اللهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ (٥٨) ﴾ [الذاريات : ٥٦-٥٨ ] ، وهذا لا يعني أن الإنسان يترك العمل في الدنيا وينشغل بعبادة الله تعالى وفقط ، لا بل أمر الله تعالى الناس أن يسعوا في الأرض في طلب الرزق بعد أداء الصلاة ، قال تعالى : ﴿فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللهِ وَاذْكُرُوا اللهَ كَثِيراً لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ [ الجمعة :١٠] ، وقال تعالى : ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولاً فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ ﴾ [ الملك : ١٥] ، فوظيفة الإنسان في الأرض هو إعمارها وتحقيق خير البشرية ومصالحها التي ارتبطت بالأرض إلا أن هذا الأعمار

وتحصيل المصالح تكتنفه كثير من الصعاب ويتطلب من الإنسان بذل الجهد وتحمل المشاق في سبيل ذلك ، كما أن الحياة ليست مذللة سهلة دائما كما يريدها الإنسان ويتمناها ، بل هي متقلبة من يسر إلى عسر ومن صحة إلى مرض ، ومن فقر إلى غنى أو عكس ذلك ، وهذه ابتلاءات دائمة يتمرس عليها الإنسان في معيشته فيحقق عن طريقها المعاني السامية التي أُمِر بها من الصبر وقوة الإرادة والعزم والتوكل والشجاعة والبذل وحسن الخلق وغير ذلك وهذه من أقوى أسباب الطمأنينة والسعادة والرضا قال الله تعالى : ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوفْ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الأَمَوَالِ وَالأنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُواْ إِنَّا للهِّ وَإِنَّـا إِلَيْـهِ رَاجِعونَ(١٥٦) أُولَـئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَـئِكَ هُمُ الْمُهْتَـدُونَ(١٥٧)﴾

[البقرة : ١٥٥-١٥٧ ] .

❊ ❊ ❊

## ما هي أسباب ومفاتيح السعادة ؟

الإخوة والأخوات ، إن راحة القلب وسروره وزوال همومه وغمومه هو المطلب لكل منا وبه تحصل الحياة السعيدة ، ويتم السرور والابتهاج ، ويتحقق هذا الأمر بمعرفة أسباب السعادة والتى تنقسم إلى ثلاثة أقسام : أسباب دينية ، وأسباب طبيعية ، وأسباب عملية ، ولا يمكن أن تجتمع هذه الأسباب الثلاثة إلا عند أهل الإيمان فقط وليس أحد غيرهم ، وقد بين الله تعالى ذلك فقال : ﴿ مَّن كَانَ يُرِيدُ ثَوَابَ الدُّنْيَا فَعِندَ اللهِ ثَوَابُ الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَكَانَ اللهُ سَمِيعاً بَصِيراً ﴾ [ النساء : ١٣٤ ] .

المعنى : من يرغب منكم - أيها الناس- في ثواب الدنيا ويُعْرض عن الآخرة ، فعند الله وحده ثواب الدنيا والآخرة ، فليطلب من الله وحده خيري الدنيا والآخرة ، فهو الذي يملكهما . وكان الله سميعًا لأقوال عباده ، بصيرًا بأعمالهم ونياتهم ، وسيجازيهم على ذلك . فلنقف معا على أسباب السعادة لعل الله أن يوفقنا للأخذ بها إنه جواد كريم .

### ١- الإيمان بالله جل وعلا ، والعمل الصالح :

أحبتي في الله ، لقد قرن الله تعالى بين الإيمان والعمل الصالح في كل القرآن قال تعالى : ﴿ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ ﴾ [الشعراء:٢٢٧] ، وقال أيضًا في موضع آخر : ﴿إِلَّا مَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحاً﴾ [سبأ:٣٧] ، وفي موضع آخر قال جل وعلا : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ ﴾ [البقرة:٢٧٧] المهم أنه لا يمكن أن تصل إلى الجنة إلا إذا سرت في المسارين ، خطوة في الإيمان وخطوة في العمل الصالح ، لكن إيمان بدون عمل صالح كذب وادعاء ، والذي يقول: إنه مؤمن ولا يعمل عملاً صالحاً هذا مدعٍ ، ما أقام على صدق دعواه وإيمانه برهاناً ودليلاً ، من انقياده وطاعته لله وبعده عن معصية الله ، وعمل صالح بغير إيمان لا يقبله الله قال تعالى: ﴿ وَقَدِمْنَا إِلَى مَا عَمِلُوا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَاهُ هَبَاءً مَنْثُوراً ﴾ [الفرقان:٢٣] فلا بد من اقتران الإيمان بالعمل الصالح .

أيها الإخوة! إن الإيمان بالله ومعرفته وتوحيده ، ومعرفة الحق وإخلاص العمل ، ولزوم السنة ، وأكل الحلال ، والمداومة والقصد والتوسط ، وإتباع السيئة الحسنة ، والتوبة والاستغفار ، والبكاء على الخطيئة ؛ كل أولئك علائم ومنارات ، وضوابط

ومتطلبات لتحقيق العمل الصالح ، فمن عرف الله ولم يعرف الحق لم ينتفع ، ومن عرف الحق ولم يعرف الله لم ينتفع ، ومن عرف الله وعرف الحق ولم يخلص العمل لم ينتفع ، ومن عرف الله وعرف الحق وأخلص العمل ولم يكن على السنة لم ينتفع ، وإن تم له ذلك ولم يأكل الحلال ويجتنب الحرام وأكب على الذنوب لم ينتفع .

وإيمان المؤمن يدفعه لمراعاة أن يكون عمله خالصًا لله تعالى وموافقا لهدي رسول الله ﷺ ، فالإنسان الذي يؤمن بالله تعالى وحده لا شريك له إيمانا كاملا صافيًا من جميع الشوائب ، يكون مطمئن القلب هادئ النفس ، ولا يكون قلقًا متبرما من الحياة بل يكون راضيا بما قدر الله له شاكرا للخير صابرا على البلاء .

وأيضًا فإن الإيمان يدفع صاحبه للصبر لأنه يعلم أنه مبتلى في حياته وأن هذه الابتلاءات تكون سببًا لتفعيل كثير من العبادات العظيمة كالصبر ، والثقة بالله ، والتوكل عليه ، والاستغاثة به ، والخوف والرجاء من الله ، ولقد بين الله

تعالى في كتابه هذا المعنى فقال سبحانه: ﴿أَحَسِبَ النَّاسُ أَن يُتْرَكُوا أَن يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ (٢)﴾[ العنكبوت ٢] .

فالمؤمنون يتلقون نعم الله تعالى بالشكر والعرفان ، ويتلقون المحن والشدائد والمصائب بالصبر الجميل لقول رسول الله ﷺ: « **عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ** » [(١٠)] .

وكل هذا مشاهد بالتجربة ، فالمؤمن إذا ابتلي بمرض أو فقر ، أو نحوه من الأعراض التي كل أحد عرضة لها ، فإنه بإيمانه وبما عنده من القناعة والرضى بما قسم الله له يكون قرير العين ، فلا يطلب بقلبه أمراً لم يقدَّر له ، ينظر إلى من هو دونه ، ولا ينظر إلى من هو فوقه ، وربما زادت بهجته وسروره وراحته على من تجمع عنده جميع المطالب الدنيوية إذا لم يكن على نفس مستوى الإيمان ولم يؤت القناعة .

ولما لا ؟ !! فلقد قال رسول الله ﷺ لأبي ذر: « **أنظر إلى من هو تحتك ولا تنظر إلى ما هو فوقك فإنه أجدر أن لا**

---

(١٠) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٩٩٩ .

**تزدري نعمة الله عندك »** [١١] .

وثبت أيضًا عن رسول الله ﷺ أنه قال: « **لَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ ، فِي جَسَدِهِ وَأَهْلِهِ وَمَالِهِ ، حَتَّى يلقى الله وما عليه خطيئة »** [١٢] .

في حين أن غير المؤمن يتلقى الخير بأشرٍ وبطرٍ وطغيان . فتنحرف أخلاقه ويتلقاها كما تتلقاها البهائم بجشع وهلع ، ومع ذلك فإنه غير مستريح القلب ، بل قلبه مشتت من جهات عديدة ، مشتت من جهة خوفه من زوال محبوباته ، ومن كثرة المعارضات الناشئة عنها غالباً ، ومن جهة أن النفوس لا تقف عند حد بل لا تزال متشوقة لأمور أخرى ، قد تحصل وقد لا تحصل ، وإن حصلت على الفرض والتقدير فهو أيضاً قلق من الجهات المذكورة ، ويتلقى المكاره بقلق وجزع وخوف وضجر ، فلا تسأل عن ما يحدث له من شقاء الحياة ، ومن الأمراض الفكرية والعصبية ، ومن الخوف الذي قد يصل به إلى أسوأ الحالات ؛ لأنه لا يرجو ثواباً ، ولا صبر عنده يسليه

---

(١١) (صحيح) أخرجه ابن حبان ٣٦١ وصححه الألباني في الترغيب .

(١٢) (صحيح) أخرجه البخاري في الأدب المفرد ٤٩٤ وصححه الألباني .

ويهون عليه ، وكذلك إذا ابتلي بشيء من الفقر ، أو فقد بعض المطالب الدنيوية ، تجده في غاية التعاسة والشقاء .

وإذا تعرض لبعض المخاوف توترت أعصابه ، وتشتت أفكاره وامتليء داخله بالخوف والرعب ، واجتمع عليه الخوف الخارجي ، والقلق الباطني ، وهذا النوع من الناس قد يحتاج لبعض أسباب العلاج الطبيعية التي تحتاج إلى تمرين كثير وإلا انهارت قواهم وتوترت أعصابهم ، وذلك لفقد الإيمان الذي يحملهم على الصبر .

ولقد وعد الله تعالى من جمع بين الإيمان والعمل الصالح ، بالحياة الطيبة في هذه الدار ، وبالجزاء الحسن في هذه الدار وفي دار القرارأي الجنة ، قال تعالى: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ ﴾ [ النحل: ٩٧] .

كما إن خضوع المؤمن لله تعالى يقوده إلى الراحة النفسية فيحس بأن للحياة معنى وغاية يسعى لتحقيقها قال تعالى: ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ ﴾ [ الأنعام :٨٢] .

* * *

## ٢- الإيمان بالقدر خيره وشره:

إخوتي في الله ، إن كلَّ شيء يجري في هذا الكـون مقدَّر ، ليس هناك شيء يجري بـدون تقـديرالله سـبحانه وتعـالى ؛ فالله علِمَه وقدَّره وكتبه ووقَّته بوقت يحدُث فيه ، فإنـه سـبحانه وتعالى أول ما خلق القلم قال له: «**إِنَّ أَوَّلَ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْقَلَمَ ، فَقَالَ: اكْتُبْ ، فَقَالَ: مَا أَكْتُبُ؟ قَالَ: اكْتُبِ الْقَدَرَ مَا كَانَ وَمَـا هُوَ كَائِنٌ إِلَى الأَبَدِ**» (١٣) ، فكتب في اللوح المحفوظ كلَّ شيء ؛ فما من شيء يجري إلاَّ وهو مقـدّرٌ مـن الله سـبحانه وتعـالى ، ومؤقّتٌ بوقـت لا يتقـدّم عليـه ولا يتـأخّر عليـه ومكتـوب في اللوح المحفوظ .

ولقد وضع الله تعالى القاعدة الماسية في ذلك حـين قـال : ﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللهِ يَسِيرٌ (٢٢)﴾[ الحديد : ٢٢]

(١٣) (صحيح) أخرجه الترمذي ٢١٥٥ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

ويوضح رسول الله ﷺ ذلك ايضًا فقال: « . . **وَلَوْ كَانَ لَكَ مِثْلُ أُحُدٍ ذَهَبًا ، أَوْ مِثْلُ جَبَلِ أُحُدٍ ذَهَبًا تُنْفِقُهُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ، مَا قَبِلَهُ مِنْكَ حتَّى تُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ كُلِّهِ ، فَتَعْلَمَ أَنَّ مَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ ، وَمَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبَكَ ، وَأَنَّكَ إِنْ مُتَّ عَلَى غيْرِ هَذَا دَخَلْتَ النَّارَ** » (١٤) ، هذه الصفة من أهم صفات السعداء ، إذ لا يمكن أن تحصل السعادة إلا لمن يؤمن بالله ، ومن الإيمان بالله الإيمان بالقدر خيره وشره ، والرضا بقسمه ، لأن الإنسان في هذه الحياة لا بد أن ينتابه شيء من الهموم والمصائب ، فإن لم يؤمن بالقدرخيره وشره ، هلك .

ولنضرب مثلا للإيمان بالقدر خيره وشره ، وأثره في سعادة الإنسان: عروة بن الزبير رحمه الله أرادوا أن يقطعوا رجله ، لأن فيها الآكلة (الغرغرينة) فقالوا له: لابد أن نسقيك خمرا ، لكي نستطيع أن نقطع رجلك بدون أن تحس بآلام القطع - خاصة أنهم بعد القطع سيضعونها في الزيت المغلي ليقف الدم - فماذا كان موقفه؟

لقد رفض وقال: لا ، أيغفل قلبي عن ذكر الله!! فقالوا:

---

(١٤) (صحيح) أخرجه ابن ماجه ٧٧ وصححه الألباني .

إذن ماذا نفعل؟ قال: سأدلكم إلى طريقة أخرى ، إذا قمت إلى الصلاة ، فافعلوا ما تشاؤون ، لأن قلبه - حينئذ - يتعلق بالله ، فلا يحس بما يفعل به .

وفعلا عندما كبر مصليا ، قطعوا رجله من فوق الركبة ، ولم يتحرك ، ولكن عندما وضعوا رجله في الزيت المغلي سقط مغشيا عليه ، وفي الليل أفاق . فإذا بالناس يقولون له: أحسن الله عزاءك في رجلك ، وأحسن الله عزاءك في ابنك .

فلقد مات ابنه في هذه الأثناء ، فماذا قال؟ قال بكل تسليم وإيمان بالقضاء : "الحمد لله ، يا رب إن كنت ابتليت فقد عافيت ، وإن كنت أخذت فقد أعطيت وأبقيت". هذا هو الإيمان الصادق بالقضاء والقدر ، ولكن أين أمثال هؤلاء التقاة الخاضعين لله ، المسلمين لمشيئته ، ﴿ **وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ(٣٥)** ﴾[فصلت :٣٥] وقال رسول الله ﷺ في بيان وجوب الأخذ بالأسباب والاستعانة بالله وعدم الحزن على تخلف النتائج المرغوبة لأن كل شيء قد قدره الله تعالى : « **احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ ، وَاسْتَعِنْ بِاللهِ وَلَا تَعْجَزْ ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي**

فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا ، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ » [(١٥)] .

* * *

## ٣- التوكل على الله تعالى :

معاشر الإخوة ، كل من سار في هذه الدنيا ووطأت قدمه الثرى يحتاج إلى من يعينه وينصره ، ويحتاج إلى من يتوكل عليه وينصرف بقلبه إليه .

ولهذا كان التوكل على الله والاعتماد عليه في جلب المنافع ودفع المضار ، وحصول الأرزاق ، والنصر على الأعداء ، وشفاء المرضى وغير ذلك من أهم المهمات وأوجب الواجبات ، وهو من صفات المؤمنين ، ومن شروط الإيمان ، ومن أسباب قوة القلب ونشاطه ، وطمأنينة النفس وسكينتها وراحتها .

فينبغي لكل مؤمن أن يأخذ بالأسباب المشروعة ، ولا يؤجل عمل اليوم إلى الغد وأن يحسم الأعمال ولا يؤجلها حتى لا

(١٥) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٦٦٤ .

يشعر بالندم فيما بعد وتكثر عليه المشاغل ، وأن يستشير أصحابه إذا أقدم على أمر ما لقول الله تعالى : ﴿ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ ﴾ [ الشورى : ٣٨] ، ويستخيير ربه سبحانه وتعالى بما علمنا رسول الله ﷺ من دعاء الإستخارة فيصلى ركعتين من غير الفريضة ثم يقول : « **إِذَا هَمَّ أَحَدُكُمْ بِالأَمْرِ ، فَلْيَرْكَعْ رَكْعَتَيْنِ مِنْ غَيْرِ الفَرِيضَةِ ، ثُمَّ لِيَقُلْ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ العَظِيمِ ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلاَ أَقْدِرُ ، وَتَعْلَمُ وَلاَ أَعْلَمُ ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الغُيُوبِ ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاقْدُرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي ، ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ ، وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي عَنْهُ ، وَاقْدُرْ لِي الخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ، ثُمَّ أَرْضِنِي " قَالَ: وَيُسَمِّي حَاجَتَهُ** » [(١٦)] .

ثم بعد ذلك يتوكل على الله ، قال تعالى : ﴿ وَعَلَى اللهِ فَتَوَكَّلُواْ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾ [المائدة:٢٣] وقوله تعالى: ﴿ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللهِ ﴾ [آل عمران:١٥٩] .

---

(١٦) (صحيح) أخرجه البخاري ٦٣٨٢ .

فالتوكل عل الله من أعظم العلاجات لأمراض القلب العصبية ، بل وأيضاً للأمراض البدنية : فمتى اعتمد القلب على الله ، وتوكل عليه ، ولم يستسلم للأوهام ولا ملكته الخيالات السيئة ، ووثق بالله وطمع في فضله ، اندفعت عنه بذلك الهموم والغموم ، وزالت عنه كثير من الأسقام البدنية والقلبية ، وحصل للقلب من القوة والانشراح والسرور ما لا يمكن التعبير عنه ، فكم ملئت المستشفيات من مرضى الأوهام والخيالات الفاسدة ، أما المتوكل على الله قوي القلب لا تؤثر فيه الأوهام ، ولا تزعجه الحوادث لعلمه أن ذلك من ضعف النفس ، ومن الخور والخوف الذي لا حقيقة له ، ويعلم مع ذلك أن الله قد تكفل لمن توكل عليه بالكفاية التامةفقال عز من قال : ﴿وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [ الطلاق : ٣] ، أي كافيه ، فيثق بالله ويطمئن لوعده ، فيزول همه وقلقه ، ويتبدل عسره يسراً ، وخوفه أمناً .

* * *

### ٤- شكر نعم الله تعالى :

أحبتي في الله ، الشكر هو الثناء على المنعم بما أولاك من

معروف وذلك بالقلب واللسان والجوارح ، ولقد حثنا الله تعالى على شكره وشكر الوالدين فقال جل وعلا : ﴿ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ ﴾ [ لقمان : ٤] ، وكذلك فلقد حثنا رسول الله ﷺ على شكر من قدم إلينا معروفا فقال « **مَنْ لَمْ يَشْكُرْ النَّاسَ ؛ لَمْ يَشْكُرْ اللهَ** »[(١٧)] ، لأنه لم يطعه في امتثال أمره بشكر الناس الذين هم وسائط في إيصال نعم الله عليه ، والشكر إنما يتم بطاعة الله تعالى ، فمن لم يطعه لم يكن مؤديا شكره ، فالشكر أحد أسباب الحب والوئام بين الناس ، ومن أفضل ما تقوله لمن أسدل إليك معروفا أن تدعو له فتقول : **جزاك الله خيرًا** ، ويكفي الشاكرين شرفاً أنهم أهل الزيادة لقول الله تعالى: ﴿ وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ(٧) ﴾ [ إبراهيم :٧] ، ومن الأشياء التي تؤدي إلى الشكر أنك تنظر إلى من هو دونك ، قال رسول الله ﷺ « **انْظُرُوا إِلَى مَنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ ، وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ ، فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزْدَرُوا نِعْمَةَ اللهِ** »[(١٨)] ، فإن العبد

---

(١٧) (صحيح) أخرجه الترمذي ١٩٥٥ وصححه الألباني في المشكاة .

(١٨) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٩٦٣ .

إذا تذكر من هو دونه في الدنيا ورأى نفسه يفوق جمعاً كثيراً من الخلق في العافية وتوابعها ، وفي الرزق وتوابعه مهما بلغت به الحال ، فيزول قلقه وهمه وغمه ، ويزداد سروره واغتباطه بنعم الله التي فاق فيها غيره ممن هو دونه فيها ، وكلما طال تأمل العبد بنعم الله الظاهرة والباطنة ، الدينية والدنيوية ، رأى ربه قد أعطاه خيراً ودفع عنه شروراً متعددة ، ولا شك أن هذا يدفع الهموم والغموم ، ويوجب الفرح والسرور .

❊ ❊ ❊

### ٥- الإكثار من ذكر الله ، وتلاوة القرآن

إخوتي في الله ، من أعظم أسباب انشراح الصدر وطمأنينته الإكثار من ذكر الله ، ومن تلاوة القرآن فإن لذلك تأثيراً عجيباً في انشراح الصدر وطمأنينته ، وزوال همه وغمه والدليل قول الله تعالى : ﴿أَلا بِذِكْرِ الله تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨) ﴾ [ الرعد: ٢٨] ، وكذلك الشعور بمعية الله تعالى دائما لقول الله تعالى : ﴿وَأَنَّ الله مَعَ الْمُؤْمِنِينَ ﴾[ الأنفال : ١٩] ، لذلك جاء الشرع بجملة من الأذكار تربط المؤمن بالله تعالى مع تجدد الأحوال زمانا ومكانا عند حدوث مرغوب أو الخوف من

مرهوب ، ولقد أمر الله تعالى المؤمنين بذكره ، ووعد عليه أفضل الجزاء ، وهو الثناء في الملأ الأعلى على مَنْ ذكره ، قال تعالى : ﴿ فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ ﴾[ البقرة :١٥٢] ، فللذكر أثر عظيم في حصول هذا المطلوب لخاصيته ، ولما يرجوه العبد من ثوابه وأجره .

ولقد أمرنا الله ﷻ بذكره كثيرا بكرة وعشيا عند الصباح والمساء ، وأدبار الصلوات المفروضات ، وعند العوارض والأسباب قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللهَ ذِكْراً كَثِيراً (٤١) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً(٤٢)﴾ [الأحزاب: ٤١ - ٤٢] .

أما من أعرض عن ذكر الله ، وعن تلاوة القرآن ، فلم يَخَفْ عقابه ، ولم يهتد بهدايته ، يجعل الله تعالى له شيطانًا في الدنيا يغويه ؛ جزاء له على إعراضه عن ذكر الله ، فهو له ملازم ومصاحب يمنعه الحلال ، ويبعثه على الحرام قال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَاناً فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ﴾ [ الزخرف:٣٦] . وكذلك فإن له في الحياة الدنيا معيشة شاقة - وإن ظهر أنه من أهل الفضل واليسار- ، ويُضيَّق قبره عليه ويعذَّب فيه ، ويحشره الله تعالى يوم القيامة أعمى عن الرؤية وعن

الحجة ، قال تعالى : ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ [ طه:١٢٤] .

* * *

## ٦- كثرة الدعاء :

الإخوة والأخوات ، سلاح عظيم غفل عنه المؤمنون ، لن يهلك معه أحد بإذن الله ، إنه الدعاء ، الالتجاء إلى رب الأرض والسماء ، فإذا وقع الهم وألّم بالمرء ، فباب الدعاء مفتوح غير مغلق ، والكريم عز وجل إن طُرق بابه وسُئل أعطى وأجاب قال تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُواْ لِي وَلْيُؤْمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ (١٨٦) ﴾ [البقرة: ١٨٦] .

**وللدعاء فضائل جمة نذكر منها :**

**١ – الدعاء سبب لدفع غضب الله،** فَعنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ النبيُّ ﷺ : **«مَنْ لَمْ يَسْأَلْ الله ؛ غَضِبَ الله عَلَيْه »** (١٩)

**٢ – الدعاء سبب لرفع البلاء بعد نزوله،** فَعَنْ ابْنِ عُمَرَ رضي الله عنهما

(١٩) (حسن) أخرجه البخاري في الأدب ٦٥٨ وحسنه الألباني في الصحيحة .

قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله ﷺ : « **لَا يُغْنِي حَذَرٌ مِنْ قَدَرٍ ، وَالدُّعَاءُ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ ، وَمِمَّا لَمْ يَنْزِلْ ، وَإِنَّ الْبَلَاءَ لَيَنْزِلُ فَيَتَلَقَّاهُ الدُّعَاءُ فَيَعْتَلِجَانِ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ** »(٢٠).

**ولقبول الدعاء عدة شروط نذكر منها:** الإخلاص ، تحري الحلال في المطعم والمشرب والملبس ، عدم الاستعجال ، فكثير من الناس يتوقع أن الله سوف يستجيب الدعاء في التو واللحظة ، فإذا لم يستجب له يترك الدعاء ، وكذلك الدعاء بالمباح ، والإكثار من دعاء الله تعالى في الرخاء .

ومن أعظم الأدعية في إذهاب الهمّ والغم والإتيان بعده بالفرج : الدعاء العظيم المشهور الذي حثّ النبي صلى الله عليه وسلم كلّ من سمعه أن يتعلّمه ويحفظه : «**اللهَمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَداً مِنْ خَلْقِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي وَنُورَ صَدْرِي**

(٢٠) (حسن) أخرجه الحاكم في المستدرك ١٨١٣ وحسنه الألباني في المشكاة .

**وَجِلاءَ حُزْنِي وَذَهَابَ هَمِّي** »[٢١] ، وقد ورد في السنّة النبوية أدعية أخرى بشأن الغم والهم والكرب منها : « **اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الهَمِّ وَالحَزَنِ ، وَالعَجْزِ وَالكَسَلِ ، وَالبُخْلِ وَالجُبْنِ ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ ، وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ** »[٢٢] .

ومن أدعية رسول الله ﷺ الجامعة: « **اللهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي ، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي ، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي فِيهَا مَعَادِي ، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ ، وَاجْعَلِ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ** »[٢٣] ، وكان يقول أيضًا : « **اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو ، فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ،** »[٢٤] .

فإذا لهج العبد بهذه الأدعية النبوية المباركة التي فيه صلاح مستقبله الديني والدنيوي بقلب حاضر ، ونية صادقة ، مع

---

(٢١) (صحيح) أخرجه أحمد ٤٣١٨ وصححه الألباني في الصحيحة .

(٢٢) (حسن) أخرجه البخاري ٢٨٩٣ .

(٢٣) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٧٢٠ .

(٢٤) (حسن) أخرجه أبو داود ٥٠٩٠ وحسنه الألباني في صحيح الجامع .

اجتهاده فيما يحقق ذلك ، حقق الله له ما دعاه ورجاه وعمل له ، وانقلب همه فرحاً وسروراً .

* * *

### ٧- حسن الخلق :

أحبتي في الله ، إن الإنسان كائن اجتماعي لا بد له من الاختلاط مع بني جنسه ، فلا يمكنه الاستغناء عنهم والاستقلال بنفسه في جميع أموره فإذا كان الاختلاط بهم لازم طبعا ، ومعلوم أن الناس يختلفون في خصائصهم الخلقية والعقلية فلا بد أن يحدث منهم ما يكدر صفو المرء ويجلب له الهم والحزن ، فإن لم يدفع ذلك بالخصال الفاضلة كان اجتماعه بالناس - ولا مفر له منه - من أكبرأسباب ضنك العيش وجلب الهم والغم ، فمن الأسباب التي تزيل الهم والغم والقلق ، الإحسان إلى الخلق بالقول والفعل ، ويتميز المؤمن بأنه إذا أحسن إلى الخلق فإن هذا يكون نابعًا عن إخلاص واحتساب الأجر عند الله تعالى ، ويدفع عنه المكاره بإخلاصه واحتسابه .

ولذلك اهتم الإسلام بالناحية الأخلاقية وقدوتنا في ذلك

خير الخلق أجمعين ، فقال الله تعالى في وصف الرسول ﷺ : ﴿ وَإِنَّكَ لَعَلى خُلُقٍ عَظِيم ﴾[ القلم : ٤] ، وقال أيضًا : ﴿ فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ الله لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ﴾ [ آل عمران : ١٥٩] ، ولقد حث الله تعالى المؤمنين بأن يقولوا للناس حسنا لأن الشيطان يريد أن يوقع بينهم فهو عدو مبين ، قال تعالى : ﴿ وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُواْ الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنزَغُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلإِنْسَانِ عَدُوّاً مُّبِيناً ﴾[ الإسراء: ٥٣ ] .

وكذلك حث رسول الله ﷺ أمته على حسن الخلق ، فقال: «إِنَّ مِنْ أَحَبِّكُمْ إِلَيَّ وَأَقْرَبِكُمْ مِنِّي مَجْلِسًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَحَاسِنَكُمْ أَخْلَاقًا » (٢٥) ، وروى الترمذي عَنْ عَبْدِ الله بْنِ الْمُبَارَكِ ، أَنَّهُ وَصَفَ حُسْنَ الْخُلُقِ بوصف طيب وإن كانت هذه الرواية ضعيفة ولكنها تحمل معاني فاضلة فَقَالَ: هُوَ بَسْطُ الْوَجْهِ ، وَبَذْلُ الْمَعْرُوفِ ، وَكَفُّ الأَذَى .

فطلاقة الوجه تدخل السرور على من قابلك ، وتجلب المودة والمحبة ، وتوجب انشراح القلب ، وجرب تجد ، لكن إذا

---

(٢٥) (صحيح) أخرجه الترمذي ٢٠١٨ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

كنت عبوساً فإن الناس ينفرون منك ، ولا ينشرحون بالجلوس إليك ، ولا بالتحدث معك ، كما أن مساعدة الناس وكفَّ الأذى عنهم من حسن الخلق . هذه الأصول الثلاثة التي يدور عليها حسن الخلق في معاملة الخلق .

وأحق الناس بأخلاقك وأحق الناس بعطفك وحنانك وبرك وإحسانك ومن تظهر له الخلق الحسن والداك ثم أهل بيتك قَالَ رَسُولُ الله ﷺ : «**خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي**» [٢٦] .

وينبغي عليك ألا تنتظر الكمال في صفات المخلوقين ، حتى يستريح قلبك وتقابل الناس بوجه طلق ، ومقتضى الأخوة والمحبة وحسن العشرة أن تستحضر محاسن أخيك دائمًا أمامك فتشفع له إذا ما أخطأ مرة معك أو اطلعت على جانب نقص فيه ، ولا تكن كالمرأة التي إذا رأت من زوجها شيئًا تكرهه قالت: ما رأيت منك خيرًا قط ، وهذا السبب جعلهم أكثر أهل النار كما أخبر بذلك الصادق المصدوق .

---

(٢٦) (صحيح) أخرجه الترمذي ٣٨٩٥ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

وحكى الأصمعي عن بعض الأعراب أنه قال: تناسِ مساوئ الإخوان يدُم لك ودهم ، وحتى الرجل مع أهله ينبغي له أن يسعى فيما فيه المودة والمحبة وألا يبغض أهله لخلُقٍ فيهم ، وإذا حصلت البغضاء ، فإن الرجل ينظر لمحاسن زوجته ولا ينظر لمعايبها حتى تدوم الألفة والمحبة بينهما كما قال النبي : «**لا يَفْرَكْ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقاً رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ**» (٢٧) .

❊ ❊ ❊

## ٨- الإعتدال في العطاء وعدم انتظار الثناء

إخوتي في الله ، الاعتدال والوسطية في العطاء والمنع ، والحب والبغض ، فلا إفراط ولا تفريط ، هذه من أسباب عدم الحزن في المستقبل ، ولقد حثنا الله تعالى على ذلك الأمر في جانب الإنفاق في سبيل الله فقال تعالى : ﴿**وَلاَ تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلاَ تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُوماً مَّحْسُوراً**﴾ [ الإسراء : ٢٩] ، أي ولا تمسك يدك عن الإنفاق في سبيل الخير ، مضيِّقًا على نفسك وأهلك والمحتاجين ، ولا تسرف في

(٢٧) (صحيح) أخرجه مسلم ١٤٦٩ .

الإنفاق ، فتعطي فوق طاقتك ، فتقعد ملومًا يلومك الناس ويذمونك ، نادمًا على تبذيرك وضياع مالكويؤيد ذلك أيضًا قول رسول الله ﷺ : « **أَحْبِبْ حَبِيبَكَ هَوْنًا مَا ؛ عَسَى أَنْ يَكُونَ بَغِيضَكَ يَوْمًا مَا ، وَأَبْغِضْ بَغِيضَكَ هَوْنًا مَا ؛ عَسَى أَنْ يَكُونَ حَبِيبَكَ يَوْمًا مَا** » [(٢٨)] .

ومن شروط قبول عمل المرء عند الله تعالى أن يكون خالصًا لله تعالى ، وموافقا لهدي رسول الله ﷺ ، لذلك ينبغي للمرء أن يعمل العمل ولا ينتظر ثناء ولا محمدة من أحد من الخلق ، فإذا أحسنت إلى من له حق عليك ، أو من ليس له حق ، فاحتسب الأجر عند الله تعالى .

ولقد أثنى الله تعالى على الأبرار الذين يطعمون الطعام لليتامى والمساكين والأسارى مرضاة لله تعالى ولا ينتظرون منهم الجزاء ولا المحمدة فقال سبحانه : ﴿ **إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُوراً** ﴾[ الإنسان :٩] .

❋ ❋ ❋

(٢٨) (صحيح) أخرجه الترمذي ١٩٩٧ وصححه الألباني في صحيح الجامع .

## ٩- مصاحبة الأخيار والرفقة الصالحة :

الإخوة والأخوات ، مصاحبة الأخيار وأهل الأخلاق الفاضلة: من أعظم ما يربي على مكارم الأخلاق ، وعلى رسوخها في النفس ؛ فالمرء مولع بمحاكاة من حوله ، شديدُ التأثر بمن يصاحبه ، والصداقة الشريفة تشبه سائر الفضائل من حيث رسوخُها في النفس ، وإيتاؤها ثمراً طيباً في كل حين ؛ فهي توجد من الجبان شجاعة ، ومن البخيل سخاءً .

فالجبان قد تدفعه قوة الصداقةِ إلى أن يخوض في خطر ؛ ليحمي صديقه من نكبة .

والبخيل قد تدفعه قوة الصداقة إلى أن يبذل جانباً من ماله ؛ لإنقاذ صديقه من شدة .

فالصداقة المتينة لا تحُلُّ في نفس إلا هذبت أخلاقها الذميمة .

ولا يستطيع أحد أن ينكر أثر القرين على قرينه ، فهو مشهود ، ومجرب ، وواضح من خلال الواقع ، ومن خلال التاريخ ، ولقد ثبت عن النَّبِيِّ ﷺ أنه قَالَ: «**مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ ، وَالسَّوْءِ كَحَامِلِ الْمِسْكِ ، وَنَافِخِ الْكِيرِ ، فَحَامِلُ**

**الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُحْذِيَكَ ، وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً ، وَنَافِخُ الْكِيرِ إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ رِيحًا خَبِيثَةً»**[٢٩] .

* * *

## ١٠- قصر الأمل:

أحبتي في الله ، لقد حثنا رسول الله ﷺ بكثرة ذكر الموت فقال : **أكثروا من ذكر هاذم اللذات** ، فالعاقل قصير الأمل يعلم أن الموت قريب وفترة بقائه في الدنيا قصيرة ، ولا يعلم متى سيموت فقد يباغته الموت في أي لحظة فحتى يعيش حياة صحيحة فلا ينبغي له أن يبالغ في تقصيرها بالهم في التفكير في مستقبل بيد الله تعالى وماذا يفعل لو حدث كذا ، ولو حدث كذا . . . ، والاسترسال مع الأكدار ، بل ينبغي له أن يشح بحياته أن يذهب كثير منها نهباً للهموم والأكدار ، فقصر الأمل سبب للزهد لأن من قصر أمله زهدفي الدنيا ، ومن زهد في الدنيا قل همه وغمه وتنور قلبه .

(٢٩) (صحيح) أخرجه البخاري ٥٥٣٤ ، ومسلم ٢٦٢٨ واللفظ لمسلم .

فلماذا الهم والغم – أخي في الله – وأنت تعلم أنك ستفارق الدنيا قريبا ؟! فاشغل نفسك بما ينفعك فداوم على التوبة والاستغفار ومحاسبة النفس فهذا هو الباقي والمدخر لك في دار القرار ، ويكفي في قصر الأمل قول الله تعالى: ﴿ وَيَوْمَ يَحْشُرُهُمْ كَأَنْ لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِنَ النَّهَارِ يَتَعَارَفُونَ بَيْنَهُمْ ﴾ [ يونس٤٥] ، وقوله تعالى: ﴿ كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحَاهَا ﴾ [ النازعات:٤٦] .

وانظر لحديث رسول الله ﷺ الذي رواه أَنَسُ بْنِ مَالِكٍ قَالَ :قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ : « **مَنْ كَانَتْ الآخرة هَمَّهُ ، جَعَلَ اللهُ غِنَاهُ فِي قَلْبِهِ ، وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ ، وَمَنْ كَانَتْ الدُّنْيَا هَمَّهُ جَعَلَ اللهُ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ ، وَفَرَّقَ عَلَيْهِ شَمْلَهُ ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنْ الدُّنْيَا إِلَّا مَا قُدِّرَ لَهُ** » [(٣٠)] .

ففي هذا الحديث معنيان : أحدهما :

١- الترغيب في الزهد في الدنيا والإعراض عنها .

٢- الرغبة في الآخرة والإقبال عليها .

---

(٣٠) (صحيح) أخرجه الترمذي ٢٤٦٥ وصححه الألباني في الجامع .

وقال الإمام ابن القيم رحمه الله: إذا أصبح العبد وأمسى وليس همه إلا الله وحده تحمّل الله عنه سبحانه حوائجه كلها ، وحمل عنه كلّ ما أهمّه ، وفرّغ قلبه لمحبته ، ولسانه لذكره ، وجوارحه لطاعته ، وإن أصبح وأمسى والدنيا همه حمّله الله همومها وغمومها وأنكادها ووكَلَه إلى نفسه ، فشغل قلبه عن محبته بمحبة الخلق ، ولسانه عن ذكره بذكرهم ، وجوارحه عن طاعته بخدمتهم وأشغالهم ، فهو يكدح كدح الوحوش في خدمة غيره . . فكلّ من أعرض عن عبودية الله وطاعته ومحبته بُلِيَ بعبودية المخلوق ومحبته وخدمته أ .هـ .

وهكذا من قدم هَمَّ الدنيا على هَمِّ الآخرة إزداد همه وغمه وتعب قلبه وبدنه ، فهو فقير وإن ملك الدنيا .

كما أن طول الأمل مدعاة للكسل عن الطاعة والتسويف بالتوبة والرغبة في الدنيا والنسيان للآخرة والتساهل بتأخير قضاء الديون والقسوة في القلب . فيا أخي الحياة قصيرة ، فلا تزدها قصرا ومحقا بالهموم والأكدار .

* * *

# وداعًا للأمراض النفسية

## ١- علاجًا نافعًا إن شاء الله تعالى للإكتئاب :

الإخوة والأخوات ، من الأمور التى يعالج الانسان بها نفسه من الإكتئاب :تلاوة القرآن لقول الله تعالى : ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاء وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾[الإسراء:٨٢] ، وتلاوة هذه الآيات بتدبر: ﴿ وَلاَ تَيْأَسُواْ مِن رَّوْحِ الله إِنَّهُ لاَ يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ الله إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُون ﴾ [ يوسف : ٨٧] ، وَقولـهُ تعـالى: ﴿ قـل يـا عِبادِيَ الذينَ أسْرَفوا على أنفسِهِمْ لا تَقنَطُـوا مـنْ رَحْمَـةِ الله إنَّ اللهَ يغْفِرُ الذنوبَ جميعًا إنَّهُ هوَ الغفورُ الرحيم﴾[ الزمـر :٥٣] ، وذكـر الله تعالى ، لقول الله تعالى : ﴿ أَلاَ بِذِكْرِ الله تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [ الرعد :٢٨] ، والصلاة الخاشعة لقول رسول الله صلى الله عليـه وسلم : «**يا بلال ! أقم الصلاة أرحنا بها** »[٣١] . .

* * *

## ٢- علاجًا نافعًا إن شاء الله تعالى للهم والغم والحزن والكرب :

أحبتي في الله ، من الأمور التى يعالج الانسان بها نفسه

(٣١) (صـحيح) أخرجـه الخطيـب في التـاريخ ١٠/ ٢٨٧ وصـححه الألبـاني السلسة الصحيحة .

من الكرب والحزن :الثقة بموعود رسول الله ﷺ حيث قال : «**النَّصْرُ مَعَ الصَّبْرِ ، والفَرَجُ مَعَ الكَرْبِ ، وانَّ مَعَ العُسْرِ يُسراً**»[٣٢] ،والإكثار من أدعية إزالة الهموم و الغموم عند الكرب والشدة مع حضور القلب مثل : ومثل : « **اللهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ ، وَابْنُ عَبْدِكَ ، وَابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ ، عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ ؛ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ ، أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ ؛ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي ، وَنُورَ صَدْرِي ، وَجِلاَءَ حُزْنِي وَذَهَابَ هَمِّي**»[٣٣] وكذلك: **اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الهَمِّ وَالحَزَنِ ، وَالعَجْزِ وَالكَسَلِ ، وَالبُخْلِ وَالجُبْنِ ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ ، وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ**»[٣٤] .

* * *

## ٣- علاجًا نافعًا إن شاء الله تعالى للقلق والخوف :

إخوتي في الله ، من الأمور التى يعالج الانسان بها نفسه

---

(٣٢) (صحيح) أخرجه الخطيب في التاريخ ١٠/ ٢٨٧ وصححه الألباني .

(٣٣) (صحيح) أخرجه أحمد ٤٣١٨ وصححه الألباني في الصحيحة .

(٣٤) (صحيح) أخرجه البخاري ٢٨٩٣ .

من القلق والخوف:  تقوية الصلة بينه وبين الله تعالى لأن الإيمان بالله يشيع في القلب الطمأنينة والثبات والاتزان ويقي المسلم من عوامل القلق والخوف والاضطراب لقول الله تعالى : ﴿ يُثَبِّتُ اللهُ الَّذِينَ آمَنُواْ بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ ﴾ [ ابراهيم :٢٧] ، وأيضًا قوله تعالى : ﴿ فَمَن تَبِعَ هُدَايَ فَلاَ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [ البقرة :٣٨ ] ، وقوله تعالى : ﴿ هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ ولله جنودُ السماواتِ و الأرضِ و كانَ الله عليمًا حكيمًا ﴾ [ الفتح :٤] ، وليعلم أن كثيرًا من البلايا والمصايب قد تكون خيرا للمرء وهو لا يعلم لقول الله تعالى: ﴿ وَعَسَى أَن تَكْرَهُواْ شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّواْ شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لاَ تَعْلَمُونَ ﴾ [ البقرة :٢١٦ ] ، وأيضًا لقوله تعالى: ﴿ وعسى أَنْ تكرَهُوا شيئًا ويجعلَ اللهُ فيهِ خيرًا كثيرًا ﴾ [ النساء :١٩] كما أن السجود في الصلاة له دور عميق في إزالة القلق من نفس المسلم ، حيث يشعر فيه بفيض من السكينة والراحة والإطمئنان وهي يناجي رب الأرض والسموات ، وكذلك فالنوم مفيد جدا لحالات القلق والخوف كذلك .

* * *

## ٤- علاجًا نافعًا إن شاء الله تعالى للجزع والهلع :

معاشر الإخوة ، من الأمور التى يعالج الانسان بها نفسه من الجزع والهلع أن يعلم أن الرابح من وطَّنَ نفسه على الصبر على البلاء ، لقول الله تعالى : ﴿ وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاء والضَّرَّاء وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴾ [ البقرة :١٧٧] ، ولقول رسول الله ﷺ: « **عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ** »[(٣٥)]، وليعلم كل من أصابه الجزع والهلع عند نزول المصائب :أنَّ الجَزَعَ يُشمت عدوه ، ويُغضب ربه ، ويَسرُّ شيطانه ، ويُحبط أجره ، ويُضعف نفسه ، ويعلم أنَّ ما يُعقبه الصبرُ والاحتساب من اللَّذة والمسرَّة أضعافُ ما كان يحصُل له ببقاء ما أُصيبَ به لو بقى عليه ، ويكفيه من ذلك بيتُ الحمد الذى يُبنى له فى الجنَّة على حمده لربه واسترجاعه بقول: « **إنا لله وإنا إليه راجعون ، اللهم أجرني في مصيبتي وأخلفني خيرا منها** » .

(٣٥) (صحيح) أخرجه مسلم ٢٩٩٩ .

* * *

## ٥- علاجًا نافعًا للفزع عند النوم إن شاء الله تعالى :

الأخوة الفضلاء ، من الأمور التى يتغلب الانسان بها على الأرق الأخذ بسنة الحبيب ﷺ فيتوضأ المصاب بالأرق وضوءه للصلاة ، ثم ينام على شقه الأيمن ويصرف تفكيره عن الفكر في الدنيا ، ويشغل نفسه بذكر الله بما يفتح الله عليه مع التدبر : « **أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ فَإِنَّهَا لَنْ تَضُرَّهُ** »[٣٦] ، وكثرة تلاوة ما يحفظ من القرآن بتدبر خصوصًا آية الكرسي ، والإكثار من الذكر ، وينصح في مثل هذه الحالات ألا يشرب مشروبات منبهة كالقهوة والشاي ، ولا ينام في النهار إلا القليل وقت القيلولة وليكتفي بالنوم ليلًا .

* * *

## علاجًا نافعًا لمرض الوسواس القهري إن شاء الله تعالى

---

(٣٦) (حسن لغيره) أخرجه الترمذي ٣٥٢٨ وغيره وحسنه الألباني في صحيح الترغيب .

الإخوة الأعزاء ، من الأمور التى يعالج الانسان بها نفسه من الوسواس القهري هو ألا يلتفت الشخص إلى هذا الوساوس وأن يدفع هذه الوساوس ، ويستعيذ بالله منه ، وينفث عن يساره ، ويُشغل نفسه وفكره بذكرالله تعالى بتدبر ، وأن يتحرك وينفض عنه الكسل بزيارة الأقارب والاجتماع مع الإخوان وصلة الأرحام ، والاغتسال بالماء البارد لتنشيط الدورة الدموية والتمارين الرياضية والسفر إن أمكن ذلك وإشاعة روح التفاؤل بالابتسام في وجه أخيه والرضا بقضاء الله وقدره .

* * *

## الفهرس



**تم بحمد الله تعالى**